

اطلاعات

پایانِ اکتپس

امنیت پایدار و منافع ملی(۱)

دو کلمه حرف حساب بامتقدان دولت

سیدمسعود رضوی

ماجرای برجام در این دوسه سال اخیر دستاویز جیبیی در اختیار مخالفان و منتقدان دولت قرار داده تا از هر فرصت و امکانی برای زدن ضربه به آن بهره بگیرند. این جریان متأسفانه از همان ابتدا بنا را بر نقد غیرمنصفانه و آفسانه‌پردازی و تردی‌سازی نهاده. حال آن‌ که برجام در دو منظر سیاسی و فنی یا علمی می‌توانست نقد شود و این نوع نقدها قطعا می‌توانست به سود دولت و تیم مذاکره کننده و اصل قرارداد باشد. اما عناد و لجاج و فرهنگ حذف و نفی، در یک گرایش عمدهٔ سیاسی، نهاده‌بن شده است. به همین دلیل است که ابتدا آن قرارداد مهم و تاریخی را که نشانگر هوشمندی و مقاومت و هنر دیپلمات‌های ما محسوب می‌شود، قراردادی ذلت بار و مشابه ترکمنچای و گلستان نامیدند. فارغ از این که سطح سواد مردم خیلی بالا رفته و امروز بسیاری از مردم تاریخ خوانده‌اند و می‌دانند تفاوت برجام و ترکمنچای چیست و چه کسانی زمینه ساز تر کمینچای شدند و با افسانه و تحریک عواطف دینی و عوام‌فریبی، کشور را به ورطهٔ جنگی نابرابر و فاجعه بار افکندند و بعد هم برای گریز از تبعاتش حاضر بودند به روس صدها برابر پاج و خراب بدهند و نهایتاً همانها یکی یکی قایم شدند و تا امروز از عرصه‌های سیاست و نبرد و تاریخ پانیدبی شده‌اند.

حال باید پرسید اگر برجام چنین قراردادی بود، چرا راستگرایین دولت آمریکا و اسرائیل تا آن حد با آن مخالفتند و در پی نقض و نابودکردن او را به آب و آتش می‌زنند؟ شما منتقدان عزیز و دلشور در مسیر مطلوب آمریکای ترامپ و اسرائیل و دولت وهابی سعودی چه می‌کنید؟ شما در روزهای آرزوی فئای جسم و روح برجام را در شمر و شعارات تکرار کردید و خادمستانه در ترویج عد ملت تنزل فرمودید که نماینده آمریکا در شورای امنیت در یک‌کوشید متحدان اروپایی و چین و روسیه را متقاعد کند که ایرانیان به دلیل آزامایش و بهره‌گیری عملیاتی از منشکهای میان برد و دوربرد، قطعاً برابر با نقض کرده و فاجعهٔ قرارداد را بخوانند. اما مشخص شد که وقت و قوت برجام در جهت حفظ توان دفاعی و طرافت حقوقی آن تا حد چه حافظ منافع ایران و سرداران ماست. برجام بزرگترین پشتوانه و حریم دیپلماسی را برای حفاظت از برنامهای دفاعی و دستاوردهای موشکی ایران فراهم ساخته است. آمریکایی‌ها مزوی و سوخته از خطبی که بر تکیک شدند در برابر اجماع دولت‌های که برجام را امضا کرده‌اند، سرافکنده شدند. آیا این مبارزه با هژمونی آمریکاییست؟ پس سکوت کنید و قدری هم از نعمت فکر بهره بگیرید تا بیش ازین پلنر زیان و اختلاف بر زمین کشور پاشیده نشود.

در ادامهٔ همین بحثها بود و خصوصاً در بجهٔحٔ مناظرات و تبلیغات انتخاباتی این مدعا اشاعه شد که برجام هیچ دستاوردی نداشته جز واردات چند هواپیمای کم ارزش که قرار است توربست‌های فرنگی و ضدفرهنگی سوار شوند. وگرنه چرا سرمایه‌گذاران در صنایع اساسی و مهم نماندند؟! چرا یک پورو سرمایه‌گذاری در صنایع نیمه‌نیمه؟! باز این افسانه پردازی و غفلت از این همه منافع و مشکلات که برای رفع هر کدام باید جان کند و شکبک ورزشی و دلسوزانه وقت صرف کرد!

خوب، حالا توال آمده است. یکی از شرکتهای بزرگ نفت اروپایی قراردادی با ایران بسته و ریسک تهدیدهای مالی و جرائم آمریکایی‌ها را هم ناپدید کرده تا دیگر شرکت‌ها و سرمایه‌گذاران هم راهی ایران شوند. این آورده و نتایج بعدی آن می‌توانست مصداقت منتقدان را نشان دهد اگر به نقد پی و مشخص در جزئیات حقوقی و اقتصادی این قرارداد می‌پرداختند. اما متأسفانه چنین صداقت و آگاهی و دلسوزی در منتقدان مذکور نمی‌بینیم. داد و قال بیوهه در سر اینکه استعمار بازگشته و منابع ایران را فروختند و چرا به شرکتها و قرارگاه‌های داخلی اعتماد نمی‌کنید و به عهد قبحر برگشته‌اید ووو. این اسات نهایت نقدهای عالمانه و آگاهی بخش مخالفان دولت! متأسفانه صدا و سیما به کارشناسان دولت امکان برابر این نمی‌دهد وگرنه قاعدهٔ انصاف آن است که منتقدان و پاسخگویان مناظره کنند و مردم دآوری نمانند.

باری، مگر دوماه پیش نمی‌گفتید برجام به درد نمی‌خورد چون هیچ شرکت معطفی در ایران سرمایه‌گذاری نمی‌کند و این نظر بی‌خاصیت است؟! حالا که ایده می‌دادید که با چه دودرهایایی هم به این نقطه رسیده است، و این می‌تواند آغاز تحول در روابط اقتصادی با بسیاری از شرکتها و سرمایه‌گذاران بزرگ ایران باشد؛ چرا استقبال نمی‌کنید. لاقال به قاعدهٔ «عیب یک نگاه بگفتی هنرش شریک نیگویی، یک حسن هم تراشید تا قدری مردم بی‌اصافی ابتدا مردم را نگران می‌کنند. و با شنیدن و بداندیک که تهدید می‌باشی و شما را نگران می‌کنند. بعد می‌شنوند و پاسخ می‌دهند اما آخرسر عقلا ریش می‌جینانند و عوام می‌خندند.

این بحث ا مقدمه‌ای قرار داده‌ام برای بحث امنیت پایدار که خدای را شکر در کشور ما برقرار است و دوست و دشمن اقرار دارند و وطن عزیز ما در منطقه‌ای آشوب زده و ناامن، موقعیتی عزیمند است و بسط قرار دارد. از خدا برای تمام برادران و خواهران مسلمان و دیگر ساکنان خاورمیانه طلب صلح و آراش و امنیت می‌نمایم. اما در مورد ایران خواستیم که تصور کنیم امنیت و آسودگی بدون خردمدنی و چاره جوایی برای مشکلات داخلی و صلح و تقاهم در منطقه، و تعامل با شرکای بین‌المللی پایدار خواهد ماند. همچنان که خطاست اگر دلیل این امنیت را به یک یا چند عامل محدود سازیم و از بقیه غفلت کنیم. کمیت که عده‌ای در کشور ما می‌کنند خلاف این مصالح است. مشکلات داخلی و خارجی چنان است که تنها با وحدت همگانی و بسیج تمام عناصر داخلی و امکانات موجه بین‌المللی می‌توان اقق توسعه و امنیت ایران را روشن کرد. گزارنده بر این باورم که برجام یک قرارداد هوشمندانه در جهت حفظ منافع ملی و افزایش چشمگیر ضریب امنیت در شعاع دیپلماتیک و برنامه‌های دفاعی میهن است. دلایل فراوان برای این مفروض وجود دارد. بدگویی‌ها و بی‌انصافی‌های داخلی برضد برجام چنان است که لازمی به شوخی پهلو می‌زند. هشدار و تذکار در برابر این جریان بی‌منطق لازم است. در اینجا فقط به نکات فوق سبندیم می‌کنیم و دردی نگذرم. در امتداد این یادداشت‌ها چندین عامل مخل امنیت را برخواهم شمرد و امیدوارم با توجه و چاره جویی از این دامجلباتی داخلی و خارجی گذر کنیم. اگر قدرمردم و امکانات و فرصتهای جاری را تا آنجا بر بادیم، از دل آتشی که دشمنان خارجی و ازمندان و خودبیتان داخلی افروزخته‌اند به سلامت خواهیم گذشت. به امید خدا.

ابلاغ قانون معاهده استرداد مجرمین

رئیس جمهوری در نامه ای به وزارت دادگستری یک قانون مصوب مجلس شورای اسلامی را برای اجرا ابلاغ کرد.
حسین‌الاسلام والمسلمین دکتر حسن روحانی در نامه قانون «معاهده استرداد مجرمین بین جمهوری اسلامی ایران و جمهوری کره» مصوب مجلس شورای اسلامی را در راستای اجرای اصل یکصدویست‌وسوم قانون اساسی، برای اجرا به وزارت دادگستری ابلاغ کرد است.

صدور روادید الکترونیکی

صدور روادیدی الکترونیکی سازمان حج و زیارت گفت: عملیات صدور روادید الکترونیکی از ۱۶ هزار و ۵۰۰ زائر حج تمتع سال جاری آغاز شد.
نصرالله فرهنگمد دیروز در گفتگو با ایرنا افزود: تسهیل در صدور روادید الکترونیکی و آسان‌سازی برای اتباع و روادید صادره است و مسلمانان با توجه به توفیق‌های صورت گرفته با حق و به محض صدور روادید می‌شود که به ایران بازگردند.
کرد: طی این مدت، کارخان‌های زیارت عربستان، تمام روادید زائران ایرانی در تهران صادر می‌شود.

سرورس سیاسی – اجتماعی: معاون درمان سازمان تامین اجتماعی گفت: با هدف ارائه خدمات مطلوب و با کیفیت تر به مردم به ویژه بیمه شدگان و مستقرین بگیران، نظام ارجاع داخلی بیمارستان های تامین اجتماعی تا پایان اسفند در سراسر کشور اجرا می شود.

مهدی درخشان در گفتگو با ایرنا افزود: نظام ارجاع داخلی در پنج استان کشور به صورت آزمایشی انجام شده و در استان تهران به صورت پایلوت در حال اجرا است و تا پایان سال در کل ۳۱ استان کشور اجرایی می شود. وی افزود: در نهایت در بیمارستان میلاد تهران به عنوان بیمارستان فوق تخصصی، نظام ارجاع انجام می شود تا از درجام بیمارستان های دیگر، بیماران هم کاسته شود.

درخشان ادامه داد: در سالل ۹۶ برنامه های ویژه ای در بخش

بقیه از صفحه اول

همه جانبه و جهانی است که درپی سال ها گفتگو و مذاکره حاصل شده است.

ظریف افزود: آنها که این فشارها را بر ایران وارد آوردند دیدند که این گونه فشارها نتایجی را که به دنبالش هستند در بر نخواهد داشت و در پایان کار به این نتیجه رسیدند که این توافق بهترین دستاوردی است که می توان به آن رسید و همان طور که طبیعت مذاکرات همه جانبه است دیدیم که همه طرفین این مذاکرات به آنچه که به دنبالش بودند رسیدند.

وزیر خارجه کشورمان ادامه داد:دراین مرحله انتظار ما این است که همه طرفین این مذاکره به تعهدات خود پایبند بمانند، اما متأسفانه تاکنون مشخصه کردیم که آمریکادردی شریک در این توافقنامه را قبول نداشته و بیه آن پایبند مانده است و با رویکردها وسیاست‌های نادرست خود قنادر به احترام و حمایت از روح این توافقنامه نبوده و در نتیجه به ایران این اجازه را نداده است تا به حد کامل از منافع این توافقنامه به صورتی که باید بهره برد.

ظریف گفت:متعذیم سمران آمریکایااید در برخورد با این توافقنامه تجدید نظرکنندچراکه در غریبان صورت به دوم این توافقنامه کمکی نخواهد داد.

وزیر خارجه کشورمان همچنین

شکر در نشست توسعه پایدار در مرکز سازمان ملل متحد را از اهداف هیچ برنامه ای در این باره در نظر گرفته نشده است.

وی یادآور شد ایران بر اساس باورهای فرهنگی و مذهبی خود حتی پیش از تصمیم‌گیری‌ها و بجایاتی که به نتایج فعلی در مورد توسعه پایدار منجر شده است در بسیاری از زمینه‌ها و در جهت اهداف ۱۷ گانه توسعه هزاره برنامه‌هایی را در دست

تنظیم و اجرا داشته که لازم است

آنها را به اطلاع کشورهای دیگر و جامعه بین المللی برساند.

ظریف توضیح داد: در حاشیه نشست توسعه دنیا: دربارهای را با شخصیت‌های فرهنگی، ادیب‌شنکده‌ها و سایر رهبران و شخصیت‌های تاثیرگذار در افکار عمومی در برنامه دارم تا از این طریق نکات و مسائلی که از آنجا برای این منطقه خاورمیانه منجر شده و حتی کشورهای متحد

در نظر گرفته نشده است.

وزیر خارجه درباره توافق میان روسیه، اردن و آمریکا بر سر آتش پس در جنوب غربی سوریه و موضع ایران

در قبال چنین توافقی، گفت: تهران همواره خواستار پایان درگیری‌ها و اتحاد همه‌گانی برای مقابله با تروریسم و گروه های تروریستی نظیر داعش است

گفتیم و دولت گفته است که دستکم از زمانی که بازنگری تکمیل شود، به این بحران که موجب هرج و مرج در منطقه شده است، خاتمه داد.



در نشست خبری خود در پاسخ به سئوالی درباره ضرب‌الاجل تأیید صورت گرفته اما من نمی‌توانم در

روزهای آینده و وضع بازنگری دولت آمریکا درباره سیاست تهران گفت: بازنگری در سیاست ایران همچنان در جریان است، می‌دانم که افراد

توجه زیادی به این موضوع دارند. ما گفتیم و دولت گفته است که دستکم از زمانی که بازنگری تکمیل شود، به این بحران که موجب هرج و مرج در منطقه شده است، خاتمه داد.

پایند بمانیم.

وزیر امور خارجه در پاسخ به سئوالی دیگری گفت: ما این است است اسیب‌هایی که در همکاری با روسیه و ترکیه در نشست های آستانه برای آن تلاش کرده ایم، به طور فزاینده و کامل به اجرا در آید تا بتوان زمینه را برای کمک‌رسانی‌های انساندوستانه و پایان دادن به وضعیت و ششین مردم سوریه فراهم کنیم.

واشنگتن: به برجام پایبندیم دراین حال سخنگوی وزارت امورخارجه آمریکا تأکید کرد که از سیاستمداران آمریکایی از جمله وزیر خارجه پیشین آمریکا صرفاً در محدوده توافق هسته ای صحبت های بازنگری می‌کنند اما در این سفر چنین قصدی نداریم و چنین برنامه ای هم

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

ظریف: آمریکا مانع دستیابی ایران به منافع برجام است

می‌تواند برای ارتباط با دولت ایران استفاده شود. از نظر من گفتگویی صورت گرفته اما من نمی‌توانم در باره راینی‌های دیپلماتیک خصوصی اظهار نظری داشته باشم.

توافق هسته‌ای موثر بوده

وزیر امور خارجه انگلیس همزمان با دومین سال حصول توافق هسته‌ای تأکید کرد: برجام توافقی موثر است و بر ایسن باوریم که بهترین گزینه برای جامعه بین‌الملل به شمار می‌آید.

به گزارش ایسنا، در یادداشتی که همزمان با دومین سالروز توافق هسته‌ای ایران و گروه ۵+۱ در روزنامه واشنگتن پست منتشر شده است، به تکرار ادعای غرب و آمریکا مبنی بر این که ایران بیش از حصول برنامه جامع اقدام مشترک (برجام) فقط چند ماه تا دستیابی به مواد هسته‌ای کافی برای ساخت تسلیحات هسته‌ای فاصله داشت، پرداخت و یادآور شد که بدون حصول این توافق در منطقه که خود پر از مشکلات و ناآرامی است، وضع می‌توانست از این هم بدتر باشد.

جانسون در ادامه با اشاره به دستاوردهای برجام و این که ایران پس از اجباری اوافق تعداد بسیار فزاینده‌ای ازخاورمیانه باغنی پایان خود را به میزان قابل توجهی کاهش داده‌است، نوشت: برنامه جامع اقدام مشترک موثر است و معتقدیم این توافق بهترین گزینه برای جامعه بین‌الملل به شمار می‌آید. حقیقت این است که بدون این توافق که در سال پیش حاصل شد، به خاورمیانه ممکن بود شاهد یک بحران دیگر باشیم، منطقه‌ای که خود درگیر بحران‌های متعدد است. ما به‌طور قطع کاتل‌های دیپلماتیک مختلف و روش‌های ارتباطی داریم که

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

دستیابی به ابرانیوم مورد نیاز با غنای مناسب برای تولید یک بمب فاصله دارد، نوشت: با وجود توافق هسته‌ای سازمان‌های بین المللی بیشترین نظارت را بر تأسیسات هسته‌ای ایران دارند و آنها تأکید می‌کنند که این به تعهدات خود در توافق پایبند است. افزایش زمان گریز هسته‌ای ایران به یک سال هم به ما اجازه می‌دهد. بنابراین در صورت هرگونه نقض توافق به درستی واکنش نشان دهیم؛ اما اگر این توافق نابود شود، به چه اتفاقی می‌افتد؟

حقیقت این است که ایران، نه آمریکا و انگلیس به بیشترین آزادی عمل دست پیدا خواهد کرد، مقامات ایران بدون هیچگونه محدودیت در برنامه هسته‌ای قادر خواهند بود سسانت‌فیوژها و ذخیره ابرانیوم را بازگردانند. نتیجه: ایرانی خواهد بود که تلاش می‌کند ظرفیت خود به عنوان یک کشور در آستانه هسته‌ای شدن را بازگرداند، در حالی که اسرائیل را همچنان تهدید و در تنش‌ها در خاورمیانه حمایت می‌کند.

وزیر امور خارجه انگلیس در یادداشت خود تأکید کرد: گزینه‌های پیش روی آمریکا و انگلیس هم فقط بازگرداندن تحریم‌ها است. البته این حقیقت دارد که توافق هسته‌ای، هرگز قرار نبوده تمام مشکلات ما را با ایران حل کند و ما همچون آمریکا هنوز نگران نقش ایران در منطقه هستیم.

وی در بخشش پایانی این یادداشت باز هم به تکرار ادعاهای خود درباره برنامه هسته‌ای ایران در گذشته پرداخت و با مقایسه ایران با کره شمالی گفت که اگرچه ایران با اجرای برجام از رفغ تحریم‌ها به منافع دست یافته، موقعیت این توافق از طریق شش‌سایز بحرانی‌ای که در منطقه از بین رفته است ازبایی می‌شود.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

پایند بمانیم.

شنبه ۲۴ تیر ۱۳۹۶ - ۲۰ شوال ۱۴۳۸ - ۱۵ جولای ۲۰۱۷ سال نو دودوم - شماره ۲۶۷۶۷

مراسم تحلیف دکتر روحانی عصر ۱۴ مردادبر گزاردمی شود

سخنگوی هیات رئیسه مجلس شورای اسلامی زمان مراسم تحلیف حسن روحانی را ساعت ۱۷ چهاردهم مرداده اعلام کرد.

بهروز نعمتی در گفتگو با ایسنا، افزود: عمده مهمانان خارجی مراسم تحلیف حسن روحانی ظهر شنبه به ایران می آیند.

این مراسم پس از آن تین تحلیف حکم رئیس جمهوری از سوی مقام معظم رهبری با حضور رئیس دیوان عالی کشور، اعضای شورای نگهبان قانون اساسی و رئیس قوه قضاییه و سایر مقامات کشور و لشکری در مجلس شورای اسلامی برگزار می‌شود و طی آن رئیس جمهوری منتخب بر اساس اصل ۱۲۱قانوناساسی سوگند یاد می‌کند که همه استعداد و صلاحیت خویش را در راه ایفای مسئولیت‌هایی که برعهده گرفته است، به کار گیرد و در پایان حضورگذاشته ام امضاء می‌کند.

دیدگاه رئیس جمهوری درباره حضورزنان درعرصه اجتماع

به گزارش جمارن،رئیس جمهور روحانی با انتشار فیلمی از موفقیت زنان کشور در رشته های ورزشی و کاری، در اینستاگرام خود نوشت:

برخی فکر می کنند امنیت و اخلاقی زن فقط در داخل خانه تأمین می‌شود، خانه‌ای که درب آن هم حتما بسته و دوقفله باشد! بعد از ۳۹ سال انقلاب اسلامی اگر هنوز به همین تفکری وجود دارد، نقص از ماست. زنان و بانوان ما مشکل نیستند.

دکتر روحانی روز ملی فرانسه را تبریک گفت
رئیس جمهوری اسلامی ایران در پیامی به «امانول ماکرون» رئیس جمهوری فرانسه، فرا رسیدن روز ملی کشور را به وی، دولت و مردم فرانسه تبریک گفت و ابراز امیدواری کرد با تشریک مساعی و همکاری نزدیک مقامات دو کشور و با استفاده از ظرفیت‌های باقوفه و دیدگاههای مشترک، روابط دو جانبه، منطقه‌ای و بین‌المللی تهران – پاریس بیش از پیش ارتقاء و تحکیم یابد.

تهر – پیام حجت الاسلام و المسلمین دکتر حسن روحانی به این شرح است:

بسم الله الرحمن الرحيم
جناب آقای امانوئل ماکرون
رئیس جمهوری فرانسه
فرانسس روز ۱۴ ژوئیه روز ملی جمهوری فرانسه را به جناب‌عالی، دولت و مردم آن کشور صمیمانه تبریک می‌گویم.
امیدوارم با تشریک مساعی و همکاری نزدیک مقامات جمهوری اسلامی ایران و جمهوری فرانسه و با استفاده از ظرفیت‌های باقوفه و دیدگاههای مشترک، شاهد ارتقاء و تحکیم روابط دیرینه دو کشور در عرصه‌های دو جانبه، منطقه‌ای و بین‌المللی باشیم.

از خادوند متعال، سلامتی و موفقیت آن جناب و شادکامی و سعادت مردم فرانسه را مسألت دارم.

حسن روحانی
رئیس جمهوری اسلامی ایران

انصاری: پرونده انتخابات بسته شد اکنون زمان همکاری است

تخلفات انتخاباتی از سوی شخص رئیس‌جمهوری انجام گرفته است، اکنون زمان همکاری و همراهی همه مردم ایران حتی کاندیداهای انتخابات ریاست‌جمهوری و هوادارانشان با رئیس‌جمهوری منتخب است.

به گزارش جمارن، امجد انصاری درباره اظهارات سیدابراهیم رئیسی نامزد انتخابات ریاست جمهوری واداره مبنی بر این که «طرف مقابل رقیب هراسی‌گر نیست، بلکه رقیب بیشتری می‌آورد»، گفت: این بحث‌ها مربوط به دوران رقابت و انتخابات است.

رئیس‌جمهوری ۲۴ میلیون نفر، نیست، بلکه رئیس جمهوری ۸۰ میلیون ایرانی است؛ کاندیداهای محترم انتخابات ریاست جمهوری که می‌تقدند بر سره مردم دارند، می‌توانند برنامه‌هایشان را بفرستند و طرفدارانشان هم به دولت کمک کنند.

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری تأکید کرد: همه جای دنیا بعد از پایان انتخابات و استقرار دولت تطبیق عمل همکاری فرامی‌رسد، از این نظر سیر طرح موضوعاتی که کاربرد تبلیغاتی دارد و به شدت تبلیغات انتخاباتی می‌خورد، گذشته است.

وی درباره اشره اسرولگرایان به‌سید ۱۱ میلیون رأی نامزدهایشان و انتخابات و انتظار آنها برای لحاظ این مسئله هنگام چشش فصل همکاری فرامی‌رسد، از این نظر سیر طرح موضوعاتی که کاربرد تبلیغاتی دارد و به شدت تبلیغات انتخاباتی می‌خورد، گذشته است.

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری در شناسایی عوامل موثر توهین به رئیس‌جمهوری در حاشیه‌راهپیمایی روز قدس خبرداد و گفت: دکتر روحانی از هیچ شخصی شکایت نکرده است. انصاری در گفتگو با ایلنا، در پاسخ به این سئوال که آیا شکایت از آلمه جمعه، فرماندهان نظامی و برخی رسانه‌ها به خاطر

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

معاون حقوقی رئیس‌جمهوری

خطیب جمعه تهران: نیروی مسلح ما خستگی ناپذیر و عاشق شهادت است



امام جمعه موقت تهران آزادسازی موصل را به مردم، مرجعیت عالیقدر و دولتمردان عراق تبریک گفت و تاکید کرد: پیام پیروزی‌ها در این کشور آن است که اگر مردم مظلوم در مقابل مستکبران قیام کنند، خداوند آنان را یاری می‌کند.

به گزارش ایرنا، آیت الله محمدعلی موحلی تهران افزود: خطبه‌های نماز عبادی و سیاسی جمعه موقت افزود: خطبه‌های داعش را در موصل ریشه‌کن کردند به گونه ای که پلیس فدرال عراق اعلام کرد در جریان آزادسازی این شهر بیش از یکهزار تکتیری داعشی کشته شدند و ده‌ها دستگاه خودرو بمب گذاری شده منهدم شد.

وی ادامه داد: بیش از ۲۸ هزار داعشی کشته شدند که ۳۰ نفر فرمانده ارشد و ۲۵۵ نفر فرمانده لجستیک داعش بودند. از اتباع ۸۶ کشور جهان هم

در میان داعشی‌ها دیده می شود. امام جمعه موقت تهران در ادامه به جنایات آمریکا اشاره کرد و گفت: آمریکا روز به روز بر جنایات می افزاید. حمایت از خونریزان، اسرائیل و قاتلان دیپلماته‌های مهمی و برای انتقامی خواست و سازش پیلودر اینها گویا وعده‌های قطعی قرآن را ندیده اند یا دیده و خوانده اند اما باور ندارند.

موسدعی کرمانی افزود: ما خبری قاطع و نبره‌های مسلح کاران داریم که حشمتی ناپذیر، سستخوش و عاشق شهادت هستند و پیشرفت و پیشگری در صنایع نظامی داشته است. وی به موضوع ضعیف‌های موسکیسی سیاه به مواضع داعش اشاره کرد و گفت: سیاه با موشت خود دل دشمن را ازرنده به طوری که رئیس سازمان اطلاعات مرکزی آمریکا در سخنرانی خود در اندیشکده آمریکایی‌گفت: «ایران یکی از بزرگترین چالش‌های بلند مدت واشنگتن است».

امام جمعه موقت تهران افزود: اندیشکده سوسیپولیتی اعلام می کند ایران نیروی ممتازی در حد روسیه و ایران دارد و می تواند صلدا یکپوشه دوترز از مرزهای اعلام قدرت کند و دارای اراده و ورم راسخ برای حل بحران با استفاده از نبره‌های خود برای پیشبرد منافعش در منطقه است.

موحدی کرمانی گفت: آمریکا فهمیده است که ستون نظام ولایت است، تمام سعی او سست کردن این پایه به هر طریق ممکن است. به عنوان مثال در مقابل هر سخن رهبر معظم انقلاب، زومزه مخالفی را به وجود می آورد تا مردم را در سیاست کلی نظام که به وسیله رهبری تعیین می‌شود به تردید بیندازد که این وسوسه‌ها در مردم اثری ندارد، زیرا حکمت، درایت و شجاعت و مدیریت و شرافت بر توطئه‌های داخلی و خارجی دشمن را به خوبی در پیانات و ارشادهای رهبر معظم انقلاب مشاهده می‌کند.

امام جمعه موقت تهران با بیان این که رهبر معظم انقلاب در سخنانی فرمودند چرا ۷۰ جلد کتاب اند جاسوسی در مدارس و دانشگاه‌ها نیست، گفت: به این موضوع باید توجه شود و به فرامین و دستورات معظم له عمل کرد.

موحدی کرمانی به هشدنکشی آمریکایی‌ها در بخش‌های مختلف اشاره کرد و افزود: جان‌کری

وزیر سابق امورخارجه آمریکا گفت «ما ایران را

بعد از توافقی تحریم کردیم، اما بعد از این همه خیانت، جنایت، خیانت و پیمان شکنی آمریکا با ندادن ملت رشید و بیادار ایران با صدای رسا فریاد مرگ بر آمریکا سر ده‌د؟

موسدعی کرمانی در ادامه به مشکلات موسسات مالی و اعتباری اشاره کرد و گفت: نظام باید مشکل سرده‌های مردم در موسسات مالی و اعتباری را حل کندوی ادامه داد: مجلس در این زمینه کارهای موثری انجام داده که شایسته تقدیر است. دولت هم کارهایی را شروع کرده است که به گزارش ایرنا، آیت الله محمدعلی موحلی سوده‌ها را و حرام است.

امام جمعه موقت تهران همچنین به نامگذاری ۲۱ تیرماه سالروز سرکوب خونین قیام مردم علیه کشف حجاب در مسجد گوهرشاد در سال ۱۳۱۴ قمری اشاره روز عفاف و حجاب نامگذاری شده است اشاره کرد و گفت: مساله حجاب بسیار مهم است زیرا هم با دین ارتباط دارد و هم سیاست خودروهاچیزی شبیه به کشف حجاب وجود دارد. عباسی داخل اتومبیل فضای خصوصی نیست، و موسسات و نیروی انتظامی براساس قانون باید با قاطعیت با این افراد برخورد کند.وی همچنین به موضوع قاجاق اشاره کرد و افزود: این مساله یک معضل بزرگ است که حل آن یکی از مسائل مهم محسوب می شود و توقیف در اقتصاد مقاومتی در حل این مشکل است.

خطیب جمعه تهران همچنین گفت: رسانه‌ها وقت کنند که آبروی افراد را نبرند و خبری منتشر نکنند که باعث سقوط یک فرد شود و زارزادری را رعایت کنند. موحدی کرمانی با بیان این که قرآن عناصر تقوا را این گونه بیان می کند، افزود: اولین عناصر قیامت قیامت است، قیامتی که قرآن از آن به شناخت می‌داند و اعمال انسانها در روزی که معادل ۵۰ هزار سال است. وی یادآور شد: یکی از آیات روز قیامت بیانگر آن است که

به «عالم قیامت» پرده‌ها دریده و اعمال انسانها آشکار می شود و زاری باقی نمی‌ماند.

پرداخت ماهانه ۲۴۰ میلیارد تومان مقرری به یکه‌بانان

معاون فنی و درآمد سازمان تامین اجتماعی، هم در سخنان پیش از خطبه‌های نماز جمعه تهران، بوجه این سازمان معادل یک سوم بوجه دولت است و ۲۰ میلیون ایرانی از خدمات درمانی و بیمه‌ای این سازمان محروم شده‌اند.

محمد حسن زدا افزود: در تمام دنیا راه درمان بیمار با فقر از مسیر تامین اجتماعی می گذرد و ما علاوه بر تامین جهان و تاریخ انسان نشان می دهیم که تحقق عدالت اجتماعی فقط در سایه تجربیات جهانی، سرمایه گذاری در بخش‌های اقتصادی و اقدامات اجتماعی می تواند فراهم می شود.

وی خاطرنشان کرد: تزریق عدالت‌ه و عزتمندانه ثروت در تمام دنیا فقط با ایجاد نظام قوی تامین اجتماعی میسر است نه از طریق پرداخت غیر هدفمند پراانه و این سببوری است که تجلی موفقیت آن را در انتخابات ریاست جمهوری هم مشاهده کردیم.

زدا افزود: سازمان تامین اجتماعی یک سازمان بیمه گر عمومی غیر دولتی است که این می تواند یک مزیت برای کشور باشد و این سازمان را به موتور پیشران اقتصادی کشور تبدیل کند. وی در جمله اقدامات جدید در این سازمان را طرح کارورزی و حمایت از اشتغال بیان کرد که در این مسیر بروایتی است.

روشن شده است که برای کاهش تأثیر در برابر گذاری تامین اجتماعی با همان شش‌تا به موتور

بیمه گر عمومی غیر دولتی است که این می تواند یک مزیت برای کشور باشد و این سازمان را به موتور پیشران اقتصادی کشور تبدیل کند. وی

در جلسه آئین مهر ایطال بر پروژه خلافت

دانش، امنیت بیشتر در عراق، ودر شدن تهدید

از مرزهای ایران و ایجاد وحدت میان شیعه و

سنی و دیگر اقوام است. خطیب نماز جمعه

نم به پالانشاره به مظلومیت مسلمانان میماند که

در آتش و خون غوطه‌ور شده اند،گفت:مجماع

بنی المللی امروز درحالی در برابر این جنایات

سکوت کرده اند که مسلمانان مظلوم این کشور

زنده زنده در آتش می سوزند، ملت و دولت

ما باید از این ملت مظلوم حمایت کند.

وی گفت: مردم و دولت عراق این بار

منتظر اتحادیه عرب و ائتلاف آمریکایی و

احزاب و گروه‌ها مانندد و با توکل به خدا

وارد میدان شده و پیروزی را محقق کردند که

در جلسه آئین آن مهر ایطال بر پروژه خلافت

دانش، امنیت بیشتر در عراق، ودر شدن تهدید

از مرزهای ایران و ایجاد وحدت میان شیعه و

سنی و دیگر اقوام است. خطیب نماز جمعه

نم به پالانشاره به مظلومیت مسلمانان میماند که

در آتش و خون غوطه‌ور شده اند،گفت:مجماع

بنی المللی امروز درحالی در برابر این جنایات

سکوت کرده اند که مسلمانان مظلوم این کشور

زنده زنده در آتش می سوزند، ملت و دولت

ما باید از این ملت مظلوم حمایت کند.

وی گفت: مردم و دولت عراق این بار

منتظر اتحادیه عرب و ائتلاف آمریکایی و

احزاب و گروه‌ها مانندد و با توکل به خدا

وارد میدان شده و پیروزی را محقق کردند که

در جلسه آئین آن مهر ایطال بر پروژه خلافت

دانش، امنیت بیشتر در عراق، ودر شدن تهدید

از مرزهای ایران و ایجاد وحدت میان شیعه و

سنی و دیگر اقوام است. خطیب نماز جمعه

نم به پالانشاره به مظلومیت مسلمانان میماند که

در آتش و خون غوطه‌ور شده اند،گفت:مجماع

بنی المللی امروز درحالی در برابر این جنایات

سکوت کرده اند که مسلمانان مظلوم این کشور

زنده زنده در آتش می سوزند، ملت و دولت

ما باید از این ملت مظلوم حمایت کند.

وی گفت: مردم و دولت عراق این بار

منتظر اتحادیه عرب و ائتلاف آمریکایی و

احزاب و گروه‌ها مانندد و با توکل به خدا

وارد میدان شده و پیروزی را محقق کردند که

در جلسه آئین آن مهر ایطال بر پروژه خلافت

دانش، امنیت بیشتر در عراق، ودر شدن تهدید

از مرزهای ایران و ایجاد وحدت میان شیعه و

سنی و دیگر اقوام است. خطیب نماز جمعه

نم به پالانشاره به مظلومیت مسلمانان میماند که

در آتش و خون غوطه‌ور شده اند،گفت:مجماع

بنی المللی امروز درحالی در برابر این جنایات

سکوت کرده اند که مسلمانان مظلوم این کشور

زنده زنده در آتش می سوزند، ملت و دولت

ما باید از این ملت مظلوم حمایت کند.

وی گفت: مردم و دولت عراق این بار

منتظر اتحادیه عرب و ائتلاف آمریکایی و

احزاب و گروه‌ها مانندد و با توکل به خدا

وارد میدان شده و پیروزی را محقق کردند که

در جلسه آئین آن مهر ایطال بر پروژه خلافت

دانش، امنیت بیشتر در عراق، ودر شدن تهدید

از مرزهای ایران و ایجاد وحدت میان شیعه و

سنی و دیگر اقوام است. خطیب نماز جمعه

نم به پالانشاره به مظلومیت مسلمانان میماند که

در آتش و خون غوطه‌ور شده اند،گفت:مجماع

بنی المللی امروز درحالی در برابر این جنایات

سکوت کرده اند که مسلمانان مظلوم این کشور

زنده زنده در آتش می سوزند، ملت و دولت

ما باید از این ملت مظلوم حمایت کند.

وی گفت: مردم و دولت عراق این بار

منتظر اتحادیه عرب و ائتلاف آمریکایی و

احزاب و گروه‌ها مانندد و با توکل به خدا

وارد میدان شده و پیروزی را محقق کردند که

در جلسه آئین آن مهر ایطال بر پروژه خلافت

دانش، امنیت بیشتر در عراق، ودر شدن تهدید

از مرزهای ایران و ایجاد وحدت میان شیعه و

سنی و دیگر اقوام است. خطیب نماز جمعه

نم به پالانشاره به مظلومیت مسلمانان میماند که

در آتش و خون غوطه‌ور شده اند،گفت:مجماع

بنی المللی امروز درحالی در برابر این جنایات

سکوت کرده اند که مسلمانان مظلوم این کشور

زنده زنده در آتش می سوزند، ملت و دولت

ما باید از این ملت مظلوم حمایت کند.

وی گفت: مردم و دولت عراق این بار

منتظر اتحادیه عرب و ائتلاف آمریکایی و

احزاب و گروه‌ها مانندد و با توکل به خدا

وارد میدان شده و پیروزی را محقق کردند که

در جلسه آئین آن مهر ایطال بر پروژه خلافت

دانش، امنیت بیشتر در عراق، ودر شدن تهدید

از مرزهای ایران و ایجاد وحدت میان شیعه و

سنی و دیگر اقوام است. خطیب نماز جمعه

نم به پالانشاره به مظلومیت مسلمانان میماند که

در آتش و خون غوطه‌ور شده اند،گفت:مجماع

بنی المللی امروز درحالی در برابر این جنایات

سکوت کرده اند که مسلمانان مظلوم این کشور

زنده زنده در آتش می سوزند، ملت و دولت

ما باید از این ملت مظلوم حمایت کند.

وی گفت: مردم و دولت عراق این بار

منتظر اتحادیه عرب و ائتلاف آمریکایی و

احزاب و گروه‌ها مانندد و با توکل به خدا

وارد میدان شده و پیروزی را محقق کردند که

در جلسه آئین آن مهر ایطال بر پروژه خلافت

دانش، امنیت بیشتر در عراق، ودر شدن تهدید

از مرزهای ایران و ایجاد وحدت میان شیعه و

سنی و دیگر اقوام است. خطیب نماز جمعه

نم به پالانشاره به مظلومیت مسلمانان میماند که

در آتش و خون غوطه‌ور شده اند،گفت:مجماع

بنی المللی امروز درحالی در برابر این جنایات

سکوت کرده اند که مسلمانان مظلوم این کشور

زنده زنده در آتش می سوزند، ملت و دولت

ما باید از این ملت مظلوم حمایت کند.

وی گفت: مردم و دولت عراق این بار

منتظر اتحادیه عرب و ائتلاف آمریکایی و

احزاب و گروه‌ها مانندد و با توکل به خدا

وارد میدان شده و پیروزی را محقق کردند که

در جلسه آئین آن مهر ایطال بر پروژه خلافت

دانش، امنیت بیشتر در عراق، ودر شدن تهدید

از مرزهای ایران و ایجاد وحدت میان شیعه و

سنی و دیگر اقوام است. خطیب نماز جمعه

نم به پالانشاره به مظلومیت مسلمانان میماند که

در آتش و خون غوطه‌ور شده اند،گفت:مجماع

بنی المللی امروز درحالی در برابر این جنایات

سکوت کرده اند که مسلمانان مظلوم این کشور

زنده زنده در آتش می سوزند، ملت و دولت

ما باید از این ملت مظلوم حمایت کند.

وی گفت: مردم و دولت عراق این بار

منتظر اتحادیه عرب و ائتلاف آمریکایی و

احزاب و گروه‌ها مانندد و با توکل به خدا

وارد میدان شده و پیروزی را محقق کردند که

در جلسه آئین آن مهر ایطال بر پروژه خلافت

دانش، امنیت بیشتر در عراق، ودر شدن تهدید

از مرزهای ایران و ایجاد وحدت میان شیعه و

سنی و دیگر اقوام است. خطیب نماز جمعه

نم به پالانشاره به مظلومیت مسلمانان میماند که

در آتش و خون غوطه‌ور شده اند،گفت:مجماع

بنی المللی امروز درحالی در برابر این جنایات

سکوت کرده اند که مسلمانان مظلوم این کشور

زنده زنده در آتش می سوزند، ملت و دولت

ما باید از این ملت مظلوم حمایت کند.

وی گفت: مردم و دولت عراق این بار

منتظر اتحادیه عرب و ائتلاف آمریکایی و

احزاب و گروه‌ها مانندد و با توکل به خدا

وارد میدان شده و پیروزی را محقق کردند که

در جلسه آئین آن مهر ایطال بر پروژه خلافت

دانش، امنیت بیشتر در عراق، ودر شدن تهدید

از مرزهای ایران و ایجاد وحدت میان شیعه و

سنی و دیگر اقوام است. خطیب نماز جمعه

نم به پالانشاره به مظلومیت مسلمانان میماند که

در آتش و خون غوطه‌ور شده اند،گفت:مجماع

بنی المللی امروز درحالی در برابر این جنایات

سکوت کرده اند که مسلمانان مظلوم این کشور

زنده زنده در آتش می سوزند، ملت و دولت

ما باید از این ملت مظلوم حمایت کند.

وی گفت: مردم و دولت عراق این بار

منتظر اتحادیه عرب و ائتلاف آمریکایی و

احزاب و گروه‌ها مانندد و با توکل به خدا

وارد میدان شده و پیروزی را محقق کردند که

در جلسه آئین آن مهر ایطال بر پروژه خلافت

دانش، امنیت بیشتر در عراق، ودر شدن تهدید

از مرزهای ایران و ایجاد وحدت میان شیعه و

سنی و دیگر اقوام است. خطیب نماز جمعه

نم به پالانشاره به مظلومیت مسلمانان میماند که

در آتش و خون غوطه‌ور شده اند،گفت:مجماع

بنی المللی امروز درحالی در برابر این جنایات

سکوت کرده اند که مسلمانان مظلوم این کشور

زنده زنده در آتش می سوزند، ملت و دولت

ما باید از این ملت مظلوم حمایت کند.

وی گفت: مردم و دولت عراق این بار

منتظر اتحادیه عرب و ائتلاف آمریکایی و

احزاب و گروه‌ها مانندد و با توکل به خدا

وارد میدان شده و پیروزی را محقق کردند که

در جلسه آئین آن مهر ایطال بر پروژه خلافت

دانش، امنیت بیشتر در عراق، ودر شدن تهدید

از مرزهای ایران و ایجاد وحدت میان شیعه و

سنی و دیگر اقوام است. خطیب نماز جمعه

نم به پالانشاره به مظلومیت مسلمانان میماند که

در آتش و خون غوطه‌ور شده اند،گفت:مجماع

بنی المللی امروز درحالی در برابر این جنایات

سکوت کرده اند که مسلمانان مظلوم این کشور

زنده زنده در آتش می سوزند، ملت و دولت

ما باید از این ملت مظلوم حمایت کند.

وی گفت: مردم و دولت عراق این بار

منتظر اتحادیه عرب و ائتلاف آمریکایی و

احزاب و گروه‌ها مانندد و با توکل به خدا

وارد میدان شده و پیروزی را محقق کردند که

در جلسه آئین آن مهر ایطال بر پروژه خلافت

دانش، امنیت بیشتر در عراق، ودر شدن تهدید

از مرزهای ایران و ایجاد وحدت میان شیعه و

سنی و دیگر اقوام است. خطیب نماز جمعه

نم به پالانشاره به مظلومیت مسلمانان میماند که

در آتش و خون غوطه‌ور شده اند،گفت:مجماع

بنی المللی امروز درحالی در برابر این جنایات

سکوت کرده اند که مسلمانان مظلوم این کشور

زنده زنده در آتش می سوزند، ملت و دولت

ما باید از این ملت مظلوم حمایت کند.

وی گفت: مردم و دولت عراق این بار

منتظر اتحادیه عرب و ائتلاف آمریکایی و

احزاب و گروه‌ها مانندد و با توکل به خدا

وارد میدان شده و پیروزی را محقق کردند که

اطلاعات

گفتاری از حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر سیدمحمود علوی

در دفاع از روحانیت پر چمدار

اشاره:

حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر سیدمحمود علوی وزیر فرهیخته و فاضل اطلاعات روز شنبه ۱۷ تیر ماه در مراسم روزنمایی از مجموعه کتاب‌های وزارت اطلاعات با عنوان «انقلاب اسلامی به روایت استاد ساواک» در کرمان حضور یافت که خبر این مراسم در شماره یکشنبه ۱۸ تیر ماه روزنامه اطلاعات منتشر شد.

در این مراسم وزیر اطلاعات سخنان جامعی درباره سیر تاریخی حرکت علمی شیعه، از شاگردان مستقیم ائمه تا فقها و علمای معاصر ارائه کرد و به تبیین نقش و کار ویژه علما در بزنگاه‌های دوران و کردهای صدها تاریخی پرداخت و تشریح کرد که چگونه روحانیت شیعه، پیروژه در سدهای اخیر، پرچمدار نهضت‌های راه‌ی‌بخش بود و چگونه علمای راستین اسلام در برابر قدرقدرت‌ان روزگار، از امپراتوری روسیه تا استعمار انگلیس، راست‌قامت و راسخ ایستادند تا آنجا که برخی از آنها با جامه خونین به دیوار پار رفتند... از آنجا که انتشار مشروح سخنان محققانه جناب دکتر علوی در روز یکشنبه گذشته مقدور نشده بود و نظر به اهمیت مطالب مستند مطروحه در آن گفتار، اینک متن کامل آن را از نظر خوانندگان علاقمند و اهل‌نظر می‌گزاریم.

«سروس نظرها و اندیشه‌ها»

عزیزان، نخبگان، فرهیختگان استان کرمان در این جلسه شکوهمند حاضرند، بسیاری این خدمتگزار کوچک مردم در عرصه آراش و امنیت سسعادتی است که در این جمع ارزشمند برای گرامیداشت شخصیت‌های بزرگوار و مردمی بلندهمت در استان کرمان در عرصه مبارزه، دفاع مقدس و سازندگی که دینی بزرگ در ایران اسلامی دارند، لحظاتی سعادت حضور داشته باشیم. انشاءالله سعی می‌کنم کمتر از وقتی که در نظر گرفته شده، عارضیم را فشرده خدمت عزیزان عرض کنم و ششما عزیزان را به خدا بسپارم، چرا که مخاطب جمع، عزیزی است که با اشاره مطلب را تا آخر خودش پیش می‌رود.

خدا را بر این سعادت شکرگزارم و امیدوارم که رضای اوست بر زبان ما جاری شود.

* ائمه شیعه، درخت بارور علم و فقا‌هت را پی افکندند و آبیاری آن را برعهده علما گذاشتند

* علماى ما به‌رغم تمامی خطرات، از میراث بزرگ اهل‌بیت دفاع کردند و چه بسیار علمائى که با جامه خونین به دیدار حق رفتند

♦♦♦

امام عسکری(ع) می‌فرماید: علمای شیعه ما مرزداران مرزهای عقیدتی شیعه هستند و در ورای مرزی که ابلیس و نیروهایش سنگر گرفته‌اند به دفاع از مرزهای عقیدتی شیعیان ما می‌پردازند و از سلطه و سیطره ابلیس و یارانش بر فضایی عقیدتی شیعه، جلوگیری می‌کنند و از اینکه ابلیس و یارانش مسلط بر شیعیان ما بشوند جلوگیری می‌کنند. امام عسکری در این حدیث علما را مرزداران فرهنگ و باورها و اعتقادات جامعه معرفی می‌فرماید و تاریخ ما هم گواه همین معناست.

نهال تشیع که تلقی طبیعی اسلام است و استمرار اسلامی که رسول گرامی اسلام به جامعه بشری ارائه نمود، پیوسته با خطرات سهمگینی مواجه بوده و ائمه و از شرایط پرفراز و نشیبی این نهال را حفظ و آبیاری کردند. امام سجاد در شرایطی نهال تشیع و مکتب اهل‌بیت(ع) را حفظ و حراست کردند و رشد دادند که به تعبیر ابوالخالد الکلبلی و جابر بن عبدالله انصاری بعد از امام حسین همه از در خانه اهل‌بیت برگشتند و ارتباط را قطع کردند. شرایطی بود که افراد حتی به خودشان جرأت نمی‌دادند که به در خانه امام سجاد بروند تا مسأله شرعی سؤال کنند. به جز چهار نفر؛ ابوالخالد کابلی، جیسر بن مطعم، یحیی بن ام‌طیب و جابر بن عبدالله انصاری. در چنین شرایطی امام سجاد نهال تشیع را حفظ و حراست و بارور کرد تا جایی که ۷۰ شخصیت مانند قاسم بن محمد بن ابویکر و سعید بن مسیب و امثال ایشان را پرورش داد که عمده کتب فقهی بارداران اهل سنت ما متکی به روایات قاسم بن محمد بن ابویکر و سعید بن مسیب است. به گونه‌ای که بسیاری از افراد که بعد از این دو شخصیت مکتبی جز مکتب اهل‌بیت نداشتند، ولی امام صادق(ع) می‌فرماید که این دو شخصیت از یاران امام باقر و بر مذهب اهل‌بیت بودند و بعد از آن فرزندان، امام باقر(ع) که عرصه علم و دانش را شکافت، تعداد شاگردان به نحو فاق‌رسان رسید و امام محمد بن مسلم، ابن ابی‌عبید و امثال اینها را به ۷۰۰ شخصیت علمی رساند و فرزندان امام صادق به چهارهزار شخصیت علمی و مکتب علمی اهل‌بیت رساندند که چنین جمعیتی از علما که غیرقابل سلطه مخالفین اهل‌بیت شدند و همچنین امامان بعد، امام کاظم و امام رضا هرکدام این نهال را آبیاری کردند و آن را به درختی تومند تبدیل کردند و آبیاری این درخت بارور شده توسط امامان معصوم را برعهده علمای بزرگوار گذاشتند.

مراجعه کنید، علمای ما در طول تاریخ این رسالت را به نحو احسن انجام دادند و امام رضا هم این رسالت را برای علما ترسیم کردند و فرمودند: خدا رحمت کند آن کسی را که امر ما را اجرا کند.

* به شیخ فضل‌الله گفتند اگر پرچم روسیه را بر با‌م خانه‌تان نصب کنید جانان در آن سال است؛ نالدید و گفت: عمری زیر بیرق اباعبداالله؟ زندگی کرد‌هم، حالا برای حفظ خودم زیر بیرق بیگانه بروم؟

* آیت‌الله آشتیانی زمانی که متوجه مفاد قرارداد رژی شدند فتوای تحریم دادند، بازداشت و تبعید شدند اما کوتاه نیامدند تا قرار داد ملغی شد

♦♦♦

سؤال کردند، یاین رسول‌الله، اگر کسی نخواهد امر شما را احیاء کند، چگونه باید احیاء کند، حضرت فرمود: راه آن این است که یک فرد علوم مسا را بساد بگیرد و آن را در دیگران آموزش بدهد. عامل انتقال علوم ما باشد. علمای ما این رسالت را به نحو احسن انجام دادند و در طول دوران مسئولیت چه در زمان ابن‌علیاس که تمام خلفای وی در محضر ریشه‌های مذهب اهل‌بیت بودند و بعد از آن تمام حکام تا زمان صفویه به جهت ریشه‌ساز کردن مذهب اهل‌بیت تلاش می‌کردند. علمای ما به برابر تمام این خطرات از میراث بزرگ اهل‌بیت و علمای اسلام دفاع و سینه را سپر کردند، مجاهدت کردند و خطرپذیری داشتند و چه بسیار علمایی که با جامه خونین به ملاق‌ات پروردگار خود شتافتند. علمانی مانند شهید اول، مانند شهید ثانی و بسیاری از شهدای دیگر که راه‌می آمینی شرح‌آنها را در کتاب شهدای راه فضیلت به فارسی ترجمه شده یادداشت کرده‌اند.

علمای اسلام، علمای مکتب اهل‌بیت به تبعیت از ائمه طاهرن(س) سعی کردند مکتب علمی و فقهی اهل‌بیت را بارور کنند. کتاب‌های ارزشمند فقهی، اصولی، تفسیر، حدیث، ادبیات در عرصه علوم اسلامی، کتابخانه عظیم مکتب اهل‌بیت را شکل دادند که گسائی مانند علامه حاج‌آقا‌زکر الله تهرانی کتاب الذریعه را درباره کتاب‌های شیعه و منابع علمی علمای شیعه از خود برجای گذاشتند. علمای اهل‌بیت و علمای شیعه همواره برای صیانت از اسلام و حفظ کرامت امت اسلام به استقبال خطر رفتند. ریسک‌پذیر و خطرپذیر بودند و از جان خود گذشتند. برای اینکه اسلام و مکتب اهل‌بیت عزیز باشد و بیروان اهل‌بیت عزیز و سربلند باشند و هیچ‌وقت خود را برای اینکه از خطرات حفظ کنند زیر پرچم بیگانه نزنند. زمانی که در جریان مشروطیت جان مرحوم آیت‌الله حاج‌فضل‌الله نوری را تهدید می‌کردند، به ایشان گفتند، اگر شما به سفارت روسیه پناه برید نمی‌تواند، در آنجا به شما تعرض کنند آنک در چنین اوضاعی که تمام اهل‌العالم نوری جمع شد، گفت، من برای اینکه جان خودم را نجات بدهم به اجانب پناهنده شوم؟ من در خانه خودم نشتام، هر مسأله‌ای که به پیش باید با اف‌غوش باز استقبال می‌کنم.

گفته‌اند خلاصه که حاضر نیتید به سفارت روسیه بروید، پرچی را آوردند و گفتند، این را در پشت‌بام خانه‌تان نصب کنید، خانه شما در حکم بخشی از سفارت و حکم سرزمین دیگران می‌شود و نمی‌تواند به خانه شما تعرض کند. البته و گفت عمری در زیر بیرق اباعبداالله(ع) زندگی کرد‌هم حالا برای حفظ خودم زیر بیرق بیگانه بروم؟ حاضر شد بر بالای چوبه بار برود، اما زیر پرچم و بیرق بیگانه برای حفظ وجود خودش نرود. حتی در برابر قدرقدرت‌ان داخلی هم به ائمه وابسته نشد. آن زمان صفویه، اما به نوعی معتقد به مشورت فقیه بودند. محقق کرکی را مرحوم مقدس اردبیلی با حق محقق اردبیلی را فقهای اهال علامه مجلسی و امثال ایشان را با تمام حقوقی که برای اردبیلی‌ها دیگر علوم اسلامی مانند فلسفه، ریاضا، مهندسی‌نگرشی و امثال آنها داشتند، اما فقها به عنوان حاملان علوم اهل‌بیت حرمت خاصی داشتند، علما هم برای آنها حرمت خاصی قائل بودند و مشروطیت آنها را امضاء می‌کردند. در حالی که در زمان قاجار که ابن نگاه در سلاطین قاجار نبود و نه‌قادت مذهبی آنها بیشتر به شعار و مراسم و امثال اینها، علما آن وفاداری که در زمان صفویه نداشتند آن دل‌بستگی و وابستگی و آن حالت مقیدبودن به آنها را نداشتند.

بقیه در صفحه ۱۰

یکی از صفات ارزشمند و کلیدی که در زندگی فردی و اجتماعی انسان خوش‌بین وجود دارد و نقش مهمی ایفا می‌کند، عفو و گذشت است. با عفو، زندگی اجتماعی رنگ صفا و صمیمیت به خود می‌گیرد، اما به‌یادماندگی و کینه‌توزی، نفرت و دشمنی در جامعه حاکم می‌گردد. عفو یک نوع نرمش فرهنگ‌مانه و روش بزرگوارانه و برخورد پرمهر است که از خوش‌بینی بلند نظری، سعه صدر، بردباری و متانت اخلاقی فرد حکایت می‌کند. با توجه به جایگاه رفیع این صفت نیکو در بین مردم، شایسته است آن را بهتر و دقیق‌تر بشناسیم و روح و روان خود را با آن بیارییم.

توصیه به گذشت و عفو و نکویشی انتقام و کینه‌توزی، در آدیان آسمانی پیرویه دارد قرآن مجید و روایات اسلامی، بازتاب وسیعی دارد که حاکی از اهمیت آن است.

۱- عفو، یکی از نیکوترین صفات پروردگار است. قرآن مجید می‌فرماید: «**اِنَّ اللهَ اَنَّ عَافُواْ**» خداوند پیوسته بخشنده و تواناست.

۲- عفو و گذشت، دستور پروردگار است:

«وَالَّذِينَ عَمِلُواْ الصَّالِحَاتِ سَوْفَ لَهُمْ أَجْرٌ كَبِيرٌ» (م.فرماید: «آنچه که از کارهای نیک مستحور ده و از نادانان روی بگردان»)

۳- عفو و گذشت، در رأس ارزش‌ها قرار دارد. امام علی(ع) می‌فرماید: «**العفو رَاجَحُ الْمَكَارِمِ**» عفو و گذشت، زینت فضایل اخلاقی است. پیامبر اکرم(ص) نیز می‌فرماید: «بخشنده کسی که به شما آسیب رسانده، بهترین اخلاق دنیا و آخرت است.» در مقابل، نداشتن روحیه گذشت، بدترین عیب محسوب می‌شود. امام علی(ع) فرمود: «کمی عفو و گذشت، زشت‌ترین عیبه و شتاب‌نمودن برای انتقام، بزرگترین گناه است.»

۴- در فرهنگ اخلاقی و قضایی اسلام، گرایش به عفو و بخشش بر مجازات و کیفر عمل، تقدم و برتری دارد. امام علی(ع) به مسلمانان توصیه می‌کند حتی در مواردی که با شدیدترین نوع جنایت و خیانت نسبت به خود مواجه می‌شوند یا از مجرم منترج می‌گردند، باز هم کینه او را به دل نگیرند و کینه را با کینه پاسخ نزنند، بلکه از موضعی کاملاً اخلاقی و انسانی با مجرم برخورد نمایند. «**لا تَطْلُبْ مِجَازَاتِ الْخَبِیْثِ وَ لَوْ حَتَّ التَّرَابُ بِخَبْثِهِ**» خواستار کیفر برادرت مباش، گرچه خاک در دهان تو ریزند.»

مراتب عفو از قرآن استفاده می‌شود که برای عفو سه مرحله است: عفو صغیر و عفوای، آنجا که می‌فرماید: اگر غرقه کنی و صرف نظر نمایی، گناهکار را ببخشد، خدا شما را می‌بخشد.

– مرحله نخست، عفو و ترک انتقام و هرگونه عکس‌العمل است.

– مرحله دوم، صفح به معنای روی برگرداندن و نادیده گرفتن و به فراموشی سپردن است. قرآن کریم می‌فرماید: «**فاصْفِ الصَّفْحَ الْجَمِیْلَ**» از دشمنان، به خوبی صرف نظر کن. امام رضا(ع) در تفسیر آیه فوق می‌فرماید: «منظور، عفو کردن بدون سرزنش است.»

امام سجاد: خیایار، اگر بنده‌ای در حق من ستم روا داشته، ببخاش، عفو او را به سبب آنچه با من کرده سرزنش می‌فرمائی و بدیهایش را پیش چشمش میاور که آزرده‌خاطر شوی. در عوض این گذشت، از من بگذر و در برابر دعایم در حق آنان، بر من رحمت او را هر یک از ما به مدد فضل تو به سعادت رسم و به احسان تو روی رهایی ببینم

♦♦♦

– مرحله سوم، غفران به معنای پوشانیدن آثار خطا و گناه است. امام علی(ع) بالاترین درجه عفو است که اولیای الهی به آن دست یافته‌اند. البته درجه بالاتر از این هم در قرآن مجید مطرح شده که عبارت است از: پاسخ بدی را با نیکی دادن؛ آنجا که می‌فرماید: «**ادفع بِالَّتِي هِيَ اَحْسَنُ**» بدی را با خوبی دفع کن.»

بن‌دکان خاص خدا دارند از مرحله عفو فراتر می‌روند و بدی را با نیکی پاسخ می‌دهند: کاری که انجام آن برای هرکس میسر نیست.

آثار فردی و اجتماعی عفو آثار مثبت بسیار دارد و در رشد کمالات انسانی، سلامت جسمی و روانی بهبود روابط اجتماعی و نزدیکي به خدا، مؤثر است. در اینجا به مهمترین آثار آن می‌پردازیم:

۱- **پاداش اخروی:** قرآن مجید می‌فرماید: «باید عفو کنید و چشم پوشش،د، آیا دوست نمی‌دارید خداوند شما را ببخشد؟» پیامبر اکرم(ص) می‌فرماید: هنگام برپا شدن قیامت، خدا ندهنده‌ای فرماید: «هرکس اجر او بر خاست، در راه بهشت شود. گفته می‌شود: چه کسی اجرش بر خداست؟ در پاسخ می‌گویند: کسانی که مردم را عفو کردند، آنان بدون حساب داخل بهشت می‌شوند.»

امام علی(ع) می‌فرماید: عفو و گذشت به هنگام قدرت، سزای است در برابر علیل الهی^۱.

۲- عزیزی است، و گذشت، سبب عزت و آبرو می‌گردد؛ زیرا این خصلت نیکو در نظر مردم، نشانه

محرمی گنگاپی

سه کتاب از دکتر علی رضایی برآمدی تقدیه در اسلام

مبانی، اصول و روش‌ها
نشر: فکرپیکر
چاپ دوم

۲۰۱۸ص – این آستان به غذا مهمترین نیاز روزمره اوست که از تولد تا مسکری وی را همراهی می‌کند و این مسکری انبیا و اولیای الهی نیز از این قاعده مستثنی نیستند. لزوم پرداختن به دانش تغذیه بر هرکس پوشیده نیست، زیرا از یک سو نیاز انسان به غذا می‌گشگی و در همه مراحل زندگی است و از سوی دیگر، فراهم آوردن ذخایر لازم برای بدن و توانبخشی و جسم و روح و تلاش برای تأمین سوخت قوای مختلف، پیوسته و درمان بیماری‌های گوناگون به وسیله غذا صورت می‌پذرد. به‌علاوه غذا تأثیر فراوانی بر احساس کایمایی یا رنج دارد و طولانی شدن عمر، تأمین سلامت‌جسم و عقل و زیبایی، خوش‌اندامی، گر چهره و پوست و تقویت فکر و استعداد نیز در گرو تغذیه خوب و مناسب است. درمات درباره آموزه‌های قرآن و روایات و مستدینی به دیدگاه آنها درباره تغذیه دارای اهمیتی و دوزخیان، می‌باشد.

بزرگوار و شخصیت و سعه صدر است، درحالی که انتقام‌جویی، نشانه کوتاه‌فکری و عدم تسلط بر نفس می‌باشد. پیامبر اکرم(ص) می‌فرماید: «هر شما باید به عفو و گذشت که عفو چیزی جز عزت بر انسان نمی‌افزاید.»^۱ آدمی هر قدر بزرگ باشد، با انتقام‌گیری، ارزش خود را از دست می‌دهد و در نزد افکار عمومی کوچک می‌شود. امام علی(ع) می‌فرماید: «سیادت و بزرگی، با انتقام‌جویی ناسازگار است.»^۲

۳- **صفای باطن:** عفو و گذشت، مانع خشونت و کینه‌توزی و جنایت می‌شود، همان‌طوری که انتقام‌جویی، سبب پرافرورخته شدن آتش کینه در دل می‌گردد. رسول اکرم(ص) می‌فرماید: «**تَعاَفَا نَسَقَ الضَّعْفاءِ یَیْکُمُ**» یکدیگر را عفو کنید که دشمنی‌ها و کینه‌ها را از بین ببرد و با آنان **۴- سلامت جسمی:** عفو و گذشت، موجب پایین آمدن فشارهای روحی می‌شود و از این راه، مقاومت طبیعی بدن در برابر بیماری‌ها بیشتر می‌شود. تحقیقات انجام شده دلالت می‌کند که با بالارفتن میزان عفو و گذشت افراد، شکایت از سردرد، دل‌پیچه و دیگر

۱- عفو، یکی از نیکوترین صفات پروردگار است. قرآن مجید می‌فرماید: «**اِنَّ اللهَ اَنَّ عَافُواْ**» خداوند پیوسته بخشنده و تواناست.

۲- عفو و گذشت، دستور پروردگار است:

«وَالَّذِينَ عَمِلُواْ الصَّالِحَاتِ سَوْفَ لَهُمْ أَجْرٌ كَبِيرٌ» (م.فرماید: «آنچه که از کارهای نیک مستحور ده و از نادانان روی بگردان»)

۳- عفو و گذشت، در رأس ارزش‌ها قرار دارد. امام علی(ع) می‌فرماید: «**العفو رَاجَحُ الْمَكَارِمِ**» عفو و گذشت، زینت فضایل اخلاقی است. پیامبر اکرم(ص) نیز می‌فرماید: «بخشنده کسی که به شما آسیب رسانده، بهترین اخلاق دنیا و آخرت است.» در مقابل، نداشتن روحیه گذشت، بدترین عیب محسوب می‌شود. امام علی(ع) فرمود: «کمی عفو و گذشت، زشت‌ترین عیبه و شتاب‌نمودن برای انتقام، بزرگترین گناه است.»

۴- در فرهنگ اخلاقی و قضایی اسلام، گرایش به عفو و بخشش بر مجازات و کیفر عمل، تقدم و برتری دارد. امام علی(ع) به مسلمانان توصیه می‌کند حتی در مواردی که با شدیدترین نوع جنایت و خیانت نسبت به خود مواجه می‌شوند یا از مجرم منترج می‌گردند، باز هم کینه او را به دل نگیرند و کینه را با کینه پاسخ نزنند، بلکه از موضعی کاملاً اخلاقی و انسانی با مجرم برخورد نمایند. «**لا تَطْلُبْ مِجَازَاتِ الْخَبِیْثِ وَ لَوْ حَتَّ التَّرَابُ بِخَبْثِهِ**» خواستار کیفر برادرت مباش، گرچه خاک در دهان تو ریزند.»

مراتب عفو از قرآن استفاده می‌شود که برای عفو سه مرحله است: عفو صغیر و عفوای، آنجا که می‌فرماید: اگر غرقه کنی و صرف نظر نمایی، گناهکار را ببخشد، خدا شما را می‌بخشد.

– مرحله نخست، عفو و ترک انتقام و هرگونه عکس‌العمل است.

– مرحله دوم، صفح به معنای روی برگرداندن و نادیده گرفتن و به فراموشی سپردن است. قرآن کریم می‌فرماید: «**فاصْفِ الصَّفْحَ الْجَمِیْلَ**» از دشمنان، به خوبی صرف نظر کن. امام رضا(ع) در تفسیر آیه فوق می‌فرماید: «منظور، عفو کردن بدون سرزنش است.»

♦♦♦

بیماری‌های روان – تنی کاهش یافته است.^{۱۶} گزارش‌ها حاکی از آن است که بیماری‌های قلبی و عروقی در افراد کینه‌توز، بیشتر از افراد دیگر است.^{۱۷}
د-طول عمر: در روایات معصومان(ع) این موضوع نیز مطرح شده است. پیامبر(ص) می‌فرماید: «من کثر عفو و مد فی عمره»^{۱۸} – کسی که عفویش افزون گردد، عمرش طولانی می‌شود.

انسان به طور طبیعی انتقام‌جو و قدرت‌طلب است. هرگاه کسی به انسان ستمی روا می‌دارد، حس انتقام‌جویی، او را به مقابله و انتقام او می‌دارد، اما چگونه می‌توان خطای دیگران را نادیده گرفت؟ صفت بزرگ را صبر و استقامت می‌دانند: «به این مقام بلند نمی‌رسد، مگر کسانی که دارای صبر و استقامت باشند.» منظور از صبر، مقاومت در برابر اهتاف نفس است. صابران با مهار تمایلات درونی و غرایز حیوانی و تسلط بر نفس، مسیرین گذشت را می‌چشند.

(ب) **توجه به پاداش الهی:** امام علی(ع) می‌فرماید: دو چیز است که نوابشان به وزن نمی‌یابد: عفو و عدل.^{۱۹}

ج) **پناه بردن به خدا:** یکی از راه‌های به دست آوردن عفو و رهایی از کینه و بدخواهی، استمداد از پروردگار است؛ چنان که قرآن مجید خواسته مؤمنان واقعی را خالصی از این صفت نابیند، می‌داند و می‌فرماید: خدایا! مسا را و برادران ما را که پیش از ما بوده‌اند، یابم‌رز و کینه به مؤمنان را در دل ما جای مده.^{۲۰}

د) **الگویگری از عفو اولیای الهی:** پیروی از سیره پیشوایان الهی، یکی از راه‌های تحصیل عفو و گذشت، الگوگرداری از رفتار بزرگوارانه پیامبر(ص) و امامان معصوم(ع) و اولیای الهی است؛ که ما در اینجا به گونه‌شایی از آن می‌پردازیم؛

۱- **عفو حضرت یوسف(ع)؛** یکی از زیباترین جلوه‌های عفو و بخشش یوسف(ص) با برادرانش است. فرزندان حضرت یعقوب، بررحمانه‌ترین فج‌ها را به پدر و برادرشان روا داشتند تا آنجا که یوسف نوجوان را را ترقت و حلیه او پدر جدا نمودند و به چاه انداختند. یعقوب(ص) چهل سال در

معارف

فرق پسرش سوخت و چشمانش بر اثر گریه و اندوه بسیار، سفید و نابینا شد؛^{۲۱} ولی همین یوسف(ع) وقتی بر سبند رهبری مصر نشست و برادران خطاکارش عذرخواهی کردند، بی‌درنگ آنان را بخشید و فرمود: «امروز ملاحت و توبیخی بر شما نیست، خداوند شما را می‌بخشد و همین‌ها بهترین مهربانان است.»^{۲۲} زیبایی بخشش یوسف(ع) این است که برادران خود را در زمان قدرتمندی و توانایی بر انجام انتقام، می‌بخشد و این صفت کریم‌ان است.

■ **عفو پیامبر اکرم(ص)**

نمونه بارز این عفو، برخورد بزرگوارانه پیامبر(ص) در فتح مکه با سرمداران کفر است. درحالی که در اوج قدرت قرار داشت، هنگامی که ابوسفیان و عبدالله ابن امیه، اظهار پشیمانی کردند، امیر مؤمنان(ع) راه را به آنان می‌گشاید که بروید در مقابل پیامبر(ص) بنشینید و همان جمله‌ای را که برادران یوسف در مقام عذرخواهی بر زبان جاری کردند، بگویید، پیامبر شما را خواهد بخشید. آنان چنین کردند و تقاضای عفو نمودند. حضرت نیز

اهمیت عفو و گذشت

حجت‌الاسلام والمسلمین دکتر علی رضائی بیرجندی

عبدالملک بن مروان بعد از پیست و یک سال حکومت استبدادی، در سال۸۶ هجری از دنیا رفت و پسرش ولید جانشین او شد. ولید برای آنکه از ناراضایی مردم بکاهد، در مقام جلب رضایت مردم مدینه برآمد. از این رو هشام بن اسامیای، پدروزن عبدالملک را حاکم مدینه بود و مردم همواره آرزوی سفسوطش را می‌کردند، سر کار برکنار نمود و به جای او، عمر بن عبدالعزیز – پسرعمو یاران خود – را حاکم مدینه قرار داد. عمر برای بازشدن عهده دل مردم، دستور داد هشام بن اسماعیل را جلو بختد. مروان حکم نگاه دارد و هر کس که از او بدی دیده یا شنیده، بایدد و تلافی کند. مردم نیز دسته دسته می‌آمدند و دشنام و ناسزا و لعن و نفرین می‌کردند.

هشام بیش از همه نگران امام سجاد(ع) و علویان بود و با خود فکر می‌کرد انتقام علی بن‌الحسین(ع) در مقابل آن همه تنگی و سب و لغت‌ها نسبت به پدرم و بزرگوارش، کمتر از کشتن نخواهد بود؛ ولی امام(ع) به علویان فرمود: «خو می‌این نیست که به افتاده لگد بزنم و از دشمن، بعد از آنکه ضحیم منترج انتقام بگیریم،» هنگامی که امام(ع) به طرف هشام بن اسماعیل می‌آمد، رنگ در چهره هشام باقی نماند، ولی برخلاف انتظار وی، امام با صدای بلند فرمود: سلام علیک و با او مصافحه کرد و بر حال او ترحم نمود و فرمود: «اگر کمکی از من ساخته است، حاضریم، بعد از این واقعه، مردم مدینه نیز شمامت به او را متوقف کردند.»

زده که او را و از آن آزادشائی، یا آبروی مرا که تو حرمست آن را بر او لازم گردانیده‌ای، به ناحق ریخته است، و در این حال از دنیا رفته، یا زنده است و حق من برگردنش باقی است، او را در ستمی که بر من روا داشته، یابم‌رز و هر حقی که از من با خود برده است ببخشای، و او را به سبب آنچه با من کرده سرزنش مفرمای، و بدی‌هایش را پیش چشمش میاور که آزرده خاطر شود. این عفو و بخشایش بی‌دریغ و بخشش رایگان من درباره آنان را که پاک‌ترین صدقه و برترین عطیه‌ای قرار ده که صدقه‌دهندگان و ترقب‌جویان دیگران می‌بخشدند، و دروسی این گذشت، از من بگذرد، و در برابر دعایم در حق آنان، بر من رحمت آور تا هر یک از ما به مدد فضل تو به سعادت رسیدم و با احسان تو روی رهایی ببینم.»

پی‌نوشت‌ها:
۱- سوره نساء، آیه ۱۲۹ و سوره اعراف، آیه ۱۹۹
۲- قرآنکریم، در المکه، ج ۱، ص ۱۴
۳- من لایضره الفقیه، ج ۲، ص ۲۵۷
۴- غررالجمک، ج ۴، ص ۵۰۵
۵- تحف‌المعول، ص ۷۸
۶- انفقوا و انفقوا و انفقوا فان الله غفور رحیم؛ حجر، آیه ۸۵
۷- تفسیر نمونه، ج ۱۱، ص ۱۲۸
۸- اخلاق در قرآن، ج ۳، ص ۴۲۱
۹- مؤمنون، آیه ۹۶
۱۰- الفلقیساو و لیقفیساو لا تحون الله بغفره الله لکم؛ نور آیه ۲۰
۱۱- مجمع‌البیان، ج ۹، ص ۳۴
۱۲- الفعوق القدره منه من عذاب الله سبحانه؛ غررالجمک، ج ۱، ص ۴۹۸
۱۳- «یکم بافقوا بافقوا الغفوا لا یزید الا عزاء»؛ اصول کافی، ج ۲، ص ۱۰۸
۱۴- غررالجمک، ج ۶، ص ۲۵۹
۱۵- کت‌الکعالمال، ج ۳، ص ۳۳۲
۱۶- مجله تربیت اسلامی، ج ۴، ش ۳۰۳
۱۷- هبان، ص ۳۰۳
۱۸- میزان‌الحکمه، ج ۳، ص ۲۰۱۳
۱۹- «و ما یلقاها الا الذین صبروا و ما یلقها الا ذو حظ عظیم»؛ سوره صافات، آیه ۲۵
۲۰- «یستخین لا یزیدوا ثوبا؛ الفع و العذل»؛ غررالجمک، ج ۱، ص ۱۸۳
۲۱- «والفرقلا و لا خواتن الذین سیقوا بالایمان و لا یعمل فی قلوبها غلاالین امثوا»؛ سوره حشر آیه ۱۰
۲۲- سوره یوسف آیه ۸۴
۲۳- «لا تبره علیکم یوم یبعث الله لکم و هو ارحم الراحمین»؛ سوره یوسف، آیه ۹۳
۲۴- نهج‌البلاغه، ج ۱۷، ص ۱۷۲ و سیره ابن هشام، ج ۴، ص ۴۹
۲۵- ملکا کت‌الفرعنا معنا سحیه فلما لکمتم سال بالدم بطبع و حلتتم قتل الاساری و طالما عدنا علی الاسری نفعو نضع فیحکمک هذا التفاوت بیننا و کنا، بالله بادی فی یرشح
۲۶- الجمل، ص ۲۸
۲۷- الجمل، ص ۲۱۶
۲۸- فی‌المطهری، دسانان راسنان، ج ۱، ص ۲۵۷
۲۹- صحیفه، نایبش ۳۹

♦♦♦

هنگامی که پیامبر(ص) وارد مسجد الحرام شد، خطاب به قریشیان فرمود: «چه می‌گویید؟ گمان دارید درباره ششما چه خواهم کرد؟» جواب دادند: «خیر و خوبی» سهل بن عمرو گفت: «ما درباره شما خبر می‌گیریم و به شما گمان داریم، تو برادر کریم ما و برادرزاده کریم ما هستی که امروز قدرت به دست آورده‌ای، مردم در انتظار شنیدن سخن پیامبر(ص) و تصمیم ایشان بودند که نگاه‌دارم گرم و ناقد آن حضرت، سکوت مسجد را شکست و با قاطعیت فرمود: «**اذهوا قائم الظلما؛** بروید که همه شما آزادی‌د، این سخن کوتاه، طرفانی از شور و شادی به پا کرد و پس از این عفو عمومی، همه آنان اسلام آوردند.

از اشعار معروفی که شهاب‌الدین (معروف به حیص بیض) در مرثیه اهل بیت(ع) سروده، از زبان آن بزرگواران خطاب به قاتلان آنها چنین می‌گردد:

– ما حکومت کردیم (اشاره به پیروزی پیامبر(ص))

در مکه است) و عفو، سحیه و شیوه ما بود (فرمان عفو عمومی پیامبر) اما هنگامی که شما پیروز شدید، خون از ابطم سرازیر شد. ششما کشتن اسیران را حلال شمردید، و چه زمان‌های درازی گذشت که عادت ما چنین بود که با اسیران به عفو و اغماض، گذشت و چشم‌پوشی از جنایتان رفتار می‌کردیم.

■ **عفو امام علی(ع)**
برخورد امیر مؤمنان(ع) پس از جنگ جمل با دشمنان خود آنچنان بزرگوارانه و کریمانه بود که حتی دشمن‌ترین افراد را به تحسین و ام داشت. آن حضرت برای این جنگ، دستور عفو عمومی برای مردم بصره، صادر کرد و تمام کسانی را که در برابرش شمشیر کشیده بودند، بخشید و آنها را آزاد گذاشت تا کشته‌های خود را آزادانه به خاک بسپارند.^{۲۳}

مروان حکم از این برخورد شگفت‌زده شد و عده‌ای به یکدیگر می‌گفتند: ما درباره علی ستم روا داشتیم و بیعت با او را کشیدیم، ولی وقتی او بر ما پیروز شد، هیچ‌کس را بزرگوارتر از او گذشت‌تر از او پس از پیامبر(ص) می‌فرماید: به پا خیزید تا نزدش برویم و عفوخواهی کنیم.^{۲۴}

■ **عفو امام سجاد(ع)**

عبدالملک بن مروان بعد از پیست و یک سال حکومت استبدادی، در سال۸۶ هجری از دنیا رفت و پسرش ولید جانشین او شد. ولید برای آنکه از ناراضایی مردم بکاهد، در مقام جلب رضایت مردم مدینه برآمد. از این رو هشام بن اسامیای، پدروزن عبدالملک را حاکم مدینه بود و مردم همواره آرزوی سفسوطش را می‌کردند، سر کار برکنار نمود و به جای او، عمر بن عبدالعزیز – پسرعمو یاران خود – را حاکم مدینه قرار داد. عمر برای بازشدن عهده دل مردم، دستور داد هشام بن اسماعیل را جلو بختد. مروان حکم نگاه دارد و هر کس که از او بدی دیده یا شنیده، بایدد و تلافی کند. مردم نیز دسته دسته می‌آمدند و دشنام و ناسزا و لعن و نفرین می‌کردند.

هشام بیش از همه نگران امام سجاد(ع) و علویان بود و با خود فکر می‌کرد انتقام علی بن‌الحسین(ع) در مقابل آن همه تنگی و سب و لغت‌ها نسبت به پدرم و بزرگوارش، کمتر از کشتن نخواهد بود؛ ولی امام(ع) به علویان فرمود: «خو می‌این نیست که به افتاده لگد بزنم و از دشمن، بعد از آنکه ضحیم منترج انتقام بگیریم،» هنگامی که امام(ع) به طرف هشام بن اسماعیل می‌آمد، رنگ در چهره هشام باقی نماند، ولی برخلاف انتظار وی، امام با صدای بلند فرمود: سلام علیک و با او مصافحه کرد و بر حال او ترحم نمود و فرمود: «اگر کمکی از من ساخته است، حاضریم، بعد از این واقعه، مردم مدینه نیز شمامت به او را متوقف کردند.»

زده که او را و از آن آزادشائی، یا آبروی مرا که تو حرمست آن را بر او لازم گردانیده‌ای، به ناحق ریخته است، و در این حال از دنیا رفته، یا زنده است و حق من برگردنش باقی است، او را در ستمی که بر من روا داشته، یابم‌رز و هر حقی که از من با خود برده است ببخشای، و او را به سبب آنچه با من کرده سرزنش مفرمای، و بدی‌هایش را پیش چشمش میاور که آزرده خاطر شود. این عفو و بخشایش بی‌دریغ و بخشش رایگان من درباره آنان را که پاک‌ترین صدقه و برترین عطیه‌ای قرار ده که صدقه‌دهندگان و ترقب‌جویان دیگران می‌بخشدند، و دروسی این گذشت، از من بگذرد، و در برابر دعایم در حق آنان، بر من رحمت آور تا هر یک از ما به مدد فضل تو به سعادت رسیدم و با احسان تو روی رهایی ببینم.»

پی‌نوشت‌ها:
۱

عیادت رئیس دفتر مقام معظم رهبری

از آیت الله معصومی



مشهد:رئیس دفتر مقام معظم رهبری، دیروز با حضور در منزل آیت‌الله معصومی در مشهد، از نماینده پیشین ادوار مجلس خبرگان رهبری عیادت کرد.

آیت‌الله محمد محمدی گلپایگانی، که توسط آیت‌الله سید احمد العله‌الدی، نماینده ولی فقیه در استان خراسان رضوی همراهی می شد، در این دیدار در جریان آخرین روند درمانی آیت الله معصومی قرار گرفت.

آیت الله معصومی، نیمه اسفند پارسال به کما رفته و در بیمارستان صوفی مشهد بستری شده بود که اخیراً به هوش آمده و ادامه روند درمانی را در منزل سپری می کند.

وی متولد سال ۱۳۱۵ در ابرشخ شاهرود است که به علت کپولت سن دچار بیماری شده است. آیت الله معصومی از چهره های ماندگاری است که از خرداد ۱۳۴۲ در صف انقلابیون و مبارزان علیه رژیم پهلوی قرار گرفت و پس از انقلاب نیز از یاران امام خمینی (ره) بود.

مسئول کمیته علی آباد کرگان و ززند کرمان، ریاست بنیاد شهید گنبد و علی آباد کرگان، عضویت دفتر استفتائات امام خمینی (ره) در مشهد، امامت جمعه تربت حیدریه و عضویت در ادوار اول تا سوم مجلس خبرگان رهبری از جمله مسئولیت‌های آیت الله معصومی بوده است.

• درگذشت چهره ماندگار تبلیات دینی اصفهان

حجت الاسلام و المسلمین غلامرضا فیروزیان از چهره های ماندگار تبلیغات دینی در استان اصفهان، در سن ۹۸ سالگی در بیمارستان امام اصفهان جان به جان افرای تسلیم کرد.

وی از همراهان و همسنگران نواب صفوی، آیت الله کاشانی، آیت الله اسلامی و امام خمینی (ره) بود.
کوشش برای ترویج حجاب و عفاف در مدارس، بنای برخی مساجد و مراکز فرهنگی پروژه در استان‌های مجرم، مبارزه با طاعون‌ و مقابله با فرقه های انحرافی از دیگر فعالیت های حجت الاسلام فیروزیان بود.
حجت الاسلام و المسلمین غلامرضا فیروزیان پس از حجت الاسلام و المسلمین مهدی مظاهری به عنوان دومین چهره ماندگار تبلیغات دینی اصفهان انتخاب شده بود.

پیکر این عالم وارسته دیروز پس از اقامه نماز جمعه از مصالای اصفهان تشییع و در گلستان شهدای اصفهان به خاک سپرده شد.

وزیر کشور:تولید، اشتغال، وحدت وهمدلی دستور کار سیاست داخلی کشور است

خرم آباد: تولید و اشتغال و وحدت و همدلی در دستور کار سیاست داخلی کشور است.

عبدالرضا رحمانی فضلی وزیرکشور پنجشنبه در نشست شورای اداری لرستان افزود: زمامت روزگشتن رهبر معظم انقلاب و با وحدت و انسجام و البته سرعت و دقت بیشتر در پی عملیاتی بردن برنامه های دولت در بخش های مختلف به ویژه اشتغال و اقتصاد پیش خواهیم رفت.
رحمانی فضلی افزود: در لرستان کارهای بزرگی انجام شده اما باید در کل کشور و در لرستان کارهای جهشی انجام دهیم. وی افزود: باید سالانه یک میلیون شغل ایجاد کرد که با روش های معمول نمی توان به این رقم رسید باید با هم باشیم و با هم در مسیر اولویت ها جهش ایجاد کرد.

وزیر کشور بر بیان اینکه تولید و اشتغال و وحدت و همدلی در کشور در دستور کار سیاست داخلی است، گفت: لرستان در مسیر جذب سرمایه و انجام کارهای جمعی در مسیر تولید خوب کار کرده است.

وزیر کشور تاکید کرد: در حوزه های مختلف باید مردم را باید به مشارکت تشویق کنیم و نگاه به این موضوع دینی و ارزشی باشد. وی با تاکید بر لزوم الگو شدن فرهنگ کار و زحمت و صرفه جویی در کشور افزود:انقلاب، جنبش تحمیلی و تحریم ها را تجربه کرده ایم برای تقویت حوزه اقتصاد باید از ورود کالای خارجی جلوگیری کرد. وی یاد قیمت های تمام شده را بیاین و کیفیت را افزایش دهیم. وی با بیان اینکه باید سرمایه خارجی را جذب کنیم افزود: تجربه های سال ۹۵ باید اساس عملیاتی شود و منتظر اعتبارات دولتی نباشیم. باید به سمت بهره روری و جلب سرمایه خارجی حرکت کنیم.وی با اشاره به مشکل سرانه گذاران موسسه آزاد گفت: در جلسه اخیر دولت و تاکید رئیس جمهوری در سالنامهی موسسات هستنیم و دستور تشکیل کارگروهی مشکل از بانک مرکزی، وزیر اقتصاد، وزیر کشور، نیروی انتظامی و قوه قضاییه را داده است و ایجاد حقوقی محصول تولید حل شود. وی به تجربه موسسه دیده میزان اشتراک دره و اظهار داشت : بانک مرکزی بر این مشکلات فائق آمد.

وزیر کشور در آیین افتتاح شهرک گلخانه ای دیناروند اشاره گفت: با توجه به محدودیت منابع آب و خاک و شرایط رقابتی در تولیدات ، باید با رفتن به سمت کشت های صنعتی و گلخانه ای ، زمینه حضور در بازارهای بین المللی را فراهم کرد .
رحمانی فضلی افزود: با رفتن به سمت کشت های گلخانه ای و صنعتی علاوه بر تأمین نیاز و مصرف داخلی با تولید محصولات با کیفیت ، می توان وارد بازارهای رقابتی خارجی شد. وی با اشاره به اینکه ۲ گلخانه صنعتی در لرستان به بهره برداری رسید افزود: کشت گلخانه ای بعنوان یک الگوی کشت موفق در لرستان می تواند مورد توجه سایر مناطق قرار گیرد. وزیر کشور در خصوص مجتمع گلخانه ای دیناروند نیز گفت: ساختن این گلخانه از ۱۰ سال قبل شروع شده و بنا به دلایلی راکد ادقی مانده بود که با پیگیری های صورت گرفته از سوی مسئولان استانی اکنون این مجتمع فعال و امروز تعدادی از واحد های تولیدی آن به بهره برداری رسیده است. وی گفت: با این شیوه کشت که ۲۰ تا ۵۰ تن در هکتار محصول تولید می شود که در تجربه موسسه دیده و میزان اشتراک دره و اظهار داشت است قابل مقایسه نبوده در عین حالی که هم کاهش مصرف آب و هم افزایش تولید محصول را دارا می باشد.

انبار گران در بهبهان با ۲ کشته و۷مصدوم

اهواز : آتش انفجار ناشی از نشت گاز شهری در بهبهان ۲ نفر کشته و هفت نفر مصدوم شدند.
شپاهر میرخشتی رئیس مرکز مدیریت حوادث و فوریت های پزشکی خوزستان افزود: این انفجار شبانه در ۶:۰۱ جمعه در یک واحد مسکونی در انتهای خیابان تختی جنب دامپزشکی بهبهان رخ داد و در مجموع سه واحد مسکونی تخریب شد. وی گفت: پس از گزارش این حادثه به مقر پیام فوریت های پزشکی شهرستان علوم پزشکی بهبهان، بلافاصله تیم های امدادی از سه پایگاه شهری به محل اعزام شدند. میرخشتی ادامه داد: با کمک مأموران امدادی هلال احمر، آتش نشانی، نیروی انتظامی و مردم محل، ۷ مصدوم از زور آیر خارج شدند که ۲ مصدوم به دلیل درص بالای سوختگی در صحنه حادثه جان خود را از دست دادند.

کرامتشاه: احیای پروژه تعطیل شده سامانه گرمسیری انتقال آب در غرب کشور بدون شک موهون امتی است که توسط نیروهای بسیج و نیروی زمینی سپاه ایجاد شده است.
سردار سرلشکر پاسدار محمدعلی جعفری فرمانده کل سپاه پاسداران انقلاب اسلامی در حاشیه بازدید از پروژه سامانه گرمسیری انتقال آب در مناطق مرزی استان کرمانشاه اظهار داشت : احیاء پروژه های تعطیل شده سامانه گرمسیری انتقال آب در غرب در شرایطی صورت گرفت که به دلیل شرایط امنیتی منطقه، هیچ پیمانکاری حاضر به فعالیت در این حوزه نبود.

وی تاکید کرد: اجرای پروژه سامانه گرمسیری

سرویس حوادث:
گردوغبار درچند روزگذشته نفش رابرای ساکنان مرکزی وشرقی کشور درحالی دچار مشکل کرده در تهران وچند استان شمالی بارش باران علاوه برکاستنن از گرما شدید، سبب جاری شدن سیل هم شد.

دوتهران بارش باران سبب آبگرفتگی در برخی خیابان ها شد و برف کلاردشت راسفیدپوش کرد

فرماندار ساوجبلاغ استان البرز اعلام کرد: پراثر بارندگی شدید پنجشنبه شب و جاری شدن سیل در این شهرستان ۵ روستا حدود خسارت و یک دختر بچه ۹ ساله جان خود را ازدست داد.

ابوالقاسم یازگیر اظهار داشت: بارش شدید باران خساراتی به روستاهای اغشت ، باغبانکلا،هسپیاب دره، سنخ و تکیه در بخش چندار ساوجبلاغ وارد کرد.

وی گفت: در این حادثه حدود ۱۴ نفر از روستائیان به صورت سطحی مصدوم شدند و ۲ نفر نیز به بیمارستان انتقال یافتند.

یازگیر افزود: با حضور یسه موقع تیم های امدادی در منطقه، ۹ نفر گرفتار شده در سیل نجات یافتند و ۳ گردشگر که در ارتفاعات ساوجبلاغ ناپدید شده بودند، سالم پیدا شدند.

فرماندار ساوجبلاغ اظهار داشت: علاوه بر آسیب دیدگی بخشی از باغ ها، ۴ دهنه پل و بخشی از جاده های پنج روستای سیل رده ساوجبلاغ تخریب شده است.

رئیس مرکز فوریت های پزشکی استان البرز اعلام کرد:

استاندار ادربیل پیام تسلیت رئیس جمهوری را به خانواده

آتنا اصلاحي ابلاغ کرد
استاندار ادربیل پنجشنبه با سفر به پارس آباد مغان ضمن

همدردی با خانواده داغدار آتنا اصلاحي دختر خردسال جان یاشته پارس آبادی، پیام تسلیت رئیس جمهوری را به خانواده وی و مردم منطقه ابلاغ کرد.

جنید خدابخش در این دیدار تاکید کرد: آتنا برای همه ما عزیز بود و ما همانند خانواده این کودک در غم از دست

دادنش غمگین و اندوهناک هستیم.

وی اضافه کرد: نیروهای انتظامی و قضایی و مسئولان شهرستان و استان در پیگیری این پرونده نهایت تلاش خود را کردند و اکنون نیز دستگاه قضایی اقدام قانونی در این زمینه را در دست انجام دارد.

اسحاق جهانگیری معاون اول رئیس جمهوری نیز در واکنش به قتل درنکات آتنا اصلاحي در اینستگاه خود نوشت:حادثه قتل درنکات و غم انگیز آتای عزیز و معصوم، قلب ملت ایران را جریحه دار و غم بریزی را بر دل همه ما وارد کرد. این مصیبت تلخهبرابر ما به پدر و مادر شریف و دافغارش و همه ملت ایران به ویژه مردم متدین پارس آباد صمیمانه تسلیت می گویم و از خوندان بزرگ برای همگان صبر و اجر سالت دارم.بدون تردید رسیدگی فوری به این جنایت هولناک و مجازات قاطع جانیانکار این فاجعه توسط قوه قضائیه، موجب کاهش آلام مردم صبور ایران به ویژه خانواده آتای بی گناه و عزیز خواهد شد.

رئیس مجلس شورای اسلامی نیز قتل آتنا اصلاحي را به خانواده آتای کودک و ملت شریف ایران بازتاب داد و گفت: علی لاریجانی در پستی در صفحه رسمی اینستارگام خود نوشت:حادثه تلخ قتل دختر نازنین، آتنا اصلاحي دل های همه ملت شریف ایران را دافدار و اندوهگین کرده است. چهیره مصومانه و نگاه پاک این کودک ، تلخی و تار از مرگ کاجکش را ، بیشتر و تیراقر می کند.همه ما در غم و اندوه از دست دادنش بهرگاه خانواده محترم و عزیزش محزون و متاثره هستیم.ضمن اظهار همدردی و تسلیت این حادثه تلخ ، از خاوندن متعال برای خانواده محترم و ویژه مادر دافغارش و همچنین مردم بزرگوار پارس آباد صبر و شکیبایی مسئلت می کنم .قوه قضاییه در اسرع وقت و دقت به پرونده این جنایت رسیدگی کند.پروردگار روح پاک آتای عزیز را فرین رحمت خویش شاد کند دشمنسازیدانی از هنرمندان و ورزشکاران و مردم با دادن پیام هایی خود را درسوگ این دختر زیماغنی سهمیم کرده و خواستار مجازات

اطلاعیه دادستانی تهران درباره بازداشت همقای

سرویس حوادث:
دادستانی تهران اطلاعیه ای درباره بازداشت حمید قباي منتشر کرد.

متن این اطلاعیه به شرح زیر است:نظر به انتشار اطلاعات نادرست در سوری برخی افراد که از حامیان ایشانست و دستامر می روند با انگیزه های نامعول،برای خصوصی بازداشت متهم حمید قبايی، جهت تنویر افکار عمومی به اطلاع می رسانیم.

مشاورانی به عنوان اتهامات مالی توسط بازپرس دادسرای عمومی و انقلاب تهران احضار، پس از ابلاغ قانونی و استنکاف از حضور در دادرسا، طبق مقررات قانونی جلب و توسط ضابطین قوه قضاییه به شعبه

احیای سامانه گرمسیری انتقال آب غرب کشور،موهون امتی است

که توسط سپاه ایجاد شده است

انتقال آب در منطقه غرب کشور توسط قرارگاه سازندگی سپاه پیش از هرچیز مادیون فکاردی های بسیجیان و همکاران ما در نیروی زمینی سپاه است که انبیت این مناطق را به صورت کامل و پایدار برقرار کرده اند. فرمانده کل سپاه پاسداران افزود: حدود هشت سال قبل رهبر معظم انقلاب برای تمام و به نتیجه رسیدن این پروژه دستوراتی دادند و فرمودند تا از محل صندوق ذخیره ارزی مبلغ هشت میلیارد دلار برای این طرح ها اختصاص یابد کند.

وی اضافه کرد: در حالی که پروژه متوقف شده بود اجرای آن توسط دولت به سپاه پاسداران واگذار شد و بافرادن ما در قراگاه های سازندگی خاتم و

دزد دانشجویان را می دزدید

سرویس حوادث:رئیس پلیس آگاهی تهران بزرگ از دستگیری زنّی که با معرفی خود به عنوان دانشجوی وارد مراکز دانشگاهی شده و اقدام به سرقت از دانشجویان کرد، اظهار خبر داد.
کارآگاهان در تحقیقات از یک فرورشنده اموال مسروقه اظهار پیدا کردند که خاتم جولانی به نام الهام متولد ۱۳۵۶ در روز ورز پیش از عملیات کارآگاهان ، دو دستگاب با تاب مسروقه را به خریدار اموال مسروقه تحویل داده بود.
سردار محمدیان رئیس پلیس آگاهی تهران افزود: کارآگاهان با شناسایی یک سارق کوهی به نام خیرام شایه مدنی با دستگیری و انتقال وی به پایگاه جبهان آگاهی در بازرسی از این محل موفق به کشف ده ها دزد دانشجویی متعلق به دانشگاههای مختلف تهران

اخبار داخلی

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور



: جسد دختر بچه ناپدید شده

در سبل پنجشنبه شب شهرستان

ساوجبلاغ پیدا شد.
دکتر مهرداد بابایی اظهار داشت: با تلاش تیم های امدادی جسد این دختر بچه ۹ ساله در حاشیه رودخانه کردان کشف شد.

۴۳مورد آبگرفتگی

مسئول روابط عمومی سازمان آتش نشانی کرج اعلام کرد: بارندگی پنجشنبه سبب آبگرفتگی تعدادی واحد مسکونی، تجاری و زیرگذرها در کرج شد.
سیدجواد موسوی اظهار داشت: این بارندگی که حدود ساعت ۲۱:۴۰ در کرج آغاز شد سبب به راه انداخت و تعدادی از واحدهای مسکونی و تجاری در مناطق مختلف این شهر را با مشکل آبگرفتگی روبرو کرد.

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

*افزایش مراجعه بیماران

تنفسی به اورژانس های اصفهان

معاون درمان دانشگاه علوم پزشکی اصفهان از افزایش ۱۰ درصدی مراجعه بیماران تنفسی به بخش های اورژانس بیمارستان های کلاشهر اصفهان در ۲ روز اخیر که آلودگی به حد بسیار ناآلالم رسیده بود، خبر داد.

اصفهان روزهای چهارشنبه و پنجشنبه با پدیده گرد و غبار و افزایش آلودگی هوا مواجه نشد بطوریکه ناآنگین مشخص کیفی هوای اصفهان پنجشنبه ۲۲ تیر با ناآنگین ۳۳۷ (AQI) در وضعیت بسیار ناآلالم قرار گرفت. دکتر حمید رضاشانی افزود: بررسی آمار مراجعه

بیماران تنفسی به اورژانس بیماری های داخلی در بیمارستان های مانند شریعتی و عیسی بن مریم اصفهان در ۲ روز چهارشنبه و پنجشنبه ۲۱ و ۲۲ تیر آسما و مقایسه آنها با آمار

هی گفته قبل از آن، گویای افزایش تعداد مراجعه این بیماران است. به گفته کارشناسان و پزشکان، هجوم جسدی درگذرده به اصفهان بطور جدی سلامت شهروندان استان را مورد تهدید قرار داده است.
•گرد و غباردر استان کرمان

مردم کرمان پنجشنبه را با مشاهده گرد و غبار بر فراز این دیار آغاز کردند. پدیده ای که گفته کارشناس مرکز پیش بینی اداره کل هواشناسی استان، شمع دید را به ۱۰۰ متر کاهش داد.
مریم سلاجقه با بیان اینکه پدیده گرد و غبار غیر از شهرهای شمالی و شرقی استان کرمان، می شود؛ غربی کشور نیز مشاهده می شود؛ اظهار کرد: گرد و غبار در سمت غرب وارد این استان شده است.

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

خسارات بارندگی وسیل در مناطقی از کشور

اخبار کوتاه داخلی

عبادت وزیر بهداشت از کیمیا علیزاده

وزیر بهداشت روند بهبودی کیمیا علیزاده را رضایت بخش عنوان کرد و ابراز امیدواری کرد که وی به زودی از بیمارستان ترخیص شود. به گزارش مهر، کیمیا علیزاده بانوی کونکاردول کشورمان که در رقابت‌های اخیر قهرمانی جهان موفق به کسب مدال نقره شد، چند روزی است که به دلیل شرایط نامساعد جسمانی در بیمارستان بستری است. سید حسن قاضی زاده، وزیر بهداشت که طی روزهای گذشته با حضور در بیمارستان از علیزاده عیادت کرده بود، برای بار دوم به عیادت وی رفت و با پزشکان معالج کیمیا، در مورد روند درمانی وی گفتگو کرد.وزیر بهداشت بعد از عیادت از کیمیا علیزاده گفت که روند بهبودی وی رضایت بخش است و بزودی مرخص خواهد شد.

اعزام ۸ شمشریاز به مسابقات جهانی آلمان

تیم ملی شمشیریازی ایران با هشت نماینده در سه اسلحه سابر، فلوره و اِپه به مسابقات جهانی در لایپزیگ آلمان اعزام می‌شود. به گزارش ایسنا، مسابقات جهانی شمشیریازی از ۲۶ تیربه میزبانی شهر لایپزیگ آلمان آغاز می‌شود.تیم ملی شمشیریازی مردان ایران با هشت نماینده و دو سه اسلحه سابر، فلوره و اِپه به مسابقات جهانی اعزام می‌شود. مجتبی علیدادی، علی پاکدین، محمد توچی و محمد دهری در اسلحه سابر، علیرضا احمدی در اسلحه فلوره و محمد رضایی، طاهر عاشوری و محمد اسماعیلی در اسلحه اِپه شمشیریازان اعزامی ایران به مسابقات جهانی هستند.

ترکیب تیم ملی وزنه‌برداری جوانان در مسابقات قهرمانی آسیا
ترکیب هشت نفره تیم ملی وزنه‌برداری جوانان ایران برای مسابقات قهرمانی آسیا در نبال مشخص شد.

به گزارش فدراسیون وزنه‌برداری، تیم‌های ملی جوانان و نوجوانان وزنه‌برداری از هفته آینده باید در مسابقات قهرمانی آسیا ۲۰۱۷ که در نبال برگزار می‌شود، به رقابت بپردازند. تیم ملی جوانان با هشت وزنه‌بردار و ترکیب کامل در این رقابت‌ها شرکت می‌کند اما از تیم نوجوانان فقط نفرانی که شانس مدال دارند، غلام مسابقات خواهند شد. بر این اساس کاندیدی نمی‌تواند در وزنه‌برداری ترکیب تیم ملی جوانان را اعلام کرد که دلیل شش شرکت است.دستهٔ ۶۹ کیلوگرم: حسین سلطانی و مصطفی زارعی،دسته ۷۷ کیلوگرم: حسین غزالیان،دسته ۸۵ کیلوگرم: عباس نژدی،دسته ۹۴ کیلوگرم: رضا بیرلوئند و رحمان اورامه،دسته ۱۰۵+ کیلوگرم: محسن ایمانی و قاسمعلی محمادپور.

خداحافظی «ماژنار زارع» از فوتبال

هافبک سابق تیم های فوتبال پرسپولیس تهران و ملوان انزلی از فوتبال حرفه ای خداحافظی کرد. به گزارش ایسنا، «ماژنار زارع» ۳۴ ساله از فوتبالیست های مطرح انزلی محسوب می شود که سال ها در سطح اول فوتبال ایران حضور داشت. وی که سابقه بارها پوشیدن پیراهن تیم ملی فوتبال ایران را هم دارد، بازی های زیادی را با پیراهن ملوان انزلی و پرسپولیس تهران انجام داد و یکی از هافبک های تاثیرگذار فوتبال کشورمان محسوب می شد.زارع که فصل گذشته در تیم دسته اول خونه به خونه بابل حضور داشت، تصمیم به وداع از فوتبال حرفه ای گرفت.این در حالی است که «علی کریمی» سرمربی تیم نفت تهران در نظر داشت تا وی را برای حضور در فصل جدید لیگ برتر به خدمت بگيرد.

رقابت ۲ تیم در لیگ برتر هندبال بانوان

سیزدهمین دوره لیگ برتر هندبال بانوان از ۱۴ خرداد خواهد شد. به گزارش ایسنا، جلسه هماهنگی سیزدهمین دوره لیگ برتر هندبال بانوان روز پنجشنبه برگزار شد. سیزدهمین دوره لیگ برتر بانوان از تاریخ ۱۴ مهر با حضور تیم تاسیسات دریایی،مدف پویان جوان، قمت نفت و گاز کپسیران، شهید چمران لارستان، هیات هندبال فارس، هیات هندبال سنندج، ذوب آهن، فولاد مبارکه سילهران و شالینر هیرش افشان آغاز خواهد شد. در این جلسه سرپرست تیم‌های رسمی فدراسیون، معصومه مشعشون نایب رئیس بانوان، مراد کریمی و تیم زارساند، مسئول کمیته مسابقات فدراسیون و نماینده باشگاههای حاضر در لیگ حضور داشتند.

تیم فوتبال امید ایران امروز به قرقرستان می رود

تیم فوتبال امید ایران برای حضور در مسابقات مقدماتی قهرمانی آسیا امروز تهران را به مقصد بیشکک ترک می کند.

به گزارش مهر، شاگردان امیر حسین پیروانی عصر امروز برای حضور در رقابت های مقدماتی قهرمانی زیر ۲۲ سال آسیا تهران را به مقصد بیشکک ترک خواهند کرد.مراسم جشن بدرقه اعضای تیم امید دیروز در هتل آکادمی مرکز ملی فوتبال برگزار شد.

کاراته کاهای امید، جوانان و نوجوانان ایران؛ قهرمان آسیا

تیم کاراته نوجوانان و جوانان ایران با کسب ۱۰ مدال طلا، ۴ نقره و ۶ برنز فاتحانه بر سکوی نخست قاره کهن ایستادند.

به گزارش ایسنا، در شانزدهمین دوره مسابقات قهرمانی آسیا که به میزبانی آستانه قزاقستان با حضور ۶۶۰ کاراته‌کا از ۲۷ کشور در حال برگزاری است، تیم ایران موفق شد در دو بخش نوجوانان و جوانان با کسب ۱۰ مدال طلا، ۴ نقره و ۶ برنز مقتدرانه به مقام قهرمانی دست یابد.

اسامی مدال آوران ایران

طلابرده سسئی نوجوانان،یوزن ۵۷- کیلوگرم: حسین خلدی
وزن ۶۳- کیلوگرم: عرفان داودی،یوزن ۷۰+ کیلوگرم: کامران بصیری
رده سنی جوانان:کاتانی تیمی دختران (ستاره خاکیور، آرزو لونجی و محدثه ناچیج)
کاتانی تیمی پسران (مهدی شجاعی، پویا حبیبی و مهدی رضایی)
کاتانی انفرادی، حدیثه جمال،یوزن ۶۱- کیلوگرم: محمدرضا مرادی،یوزن ۷۶- کیلوگرم: باربد صلاقت،یوزن ۵۳- کیلوگرم: فاطمه سعادت،یوزن ۶۸- کیلوگرم: سیدعلی کریمی
نقره‌زده سنی نوجوانان:
کاتانی انفرادی، سیدمجید وکیلی
رده سسئی جوانان:یوزن ۷۶+ کیلوگرم، مجید نیکبخت
وزن ۴۸- کیلوگرم: لیلار برجعلی،یوزن ۵۹+ کیلوگرم: مینا یوسفی
نقره‌زده سنی نوجوانان:
کاتانی انفرادی، زینب السادات حسینی
وزن ۵۲- کیلوگرم: پوریا اقدسی،یوزن ۷۰+کیلوگرم:

هشدار سازمان لیگ به باشگاه پرسپولیس درباره شهر آورد آلمان

مسئول کمیته مسابقات سازمان لیگ فدراسیون فوتبال گفت: حقوق داروان فوتبال ایران حرفه ای نیست و آنها حتی به اندازه یک بازیکن درجه چهار فوتبال هم حقوق نمی گیرند.

سیدفاقی دیروز در گفتگو با ایرنا در باره حقوق پایین داروان فوتبال افزود: حقوق داروان فوتبال باید حرفه ای شود و به عنوان یک داور پیشکسوت که امروز در سازمان لیگ مسئولیت دارم،مواقف این موضوع هستم.

وی ادامه داد: متأسفانه حقوق دریافتی داروان فوتبال کشور به اندازه یک بازیکن درجه چهار باشگاه هم نیست و تا زمانی که این مساله وجود دارد نمی توانیم مدعی عملکرد آنها باشیم.

وی درمورد برگزاری شهراورد تهران در آلمان هم گفت: سازمان لیگ فدراسیون فوتبال با برگزاری دیدار دوستانه میان پرسپولیس و استقلال در تاریخ ۲۵ دت در کشور آلمان موافقت کرده است و ما نامه برای برگزاری این مسابقه را به وزارت ورزش و جوانان و همچنین فدراسیون فوتبال آلمان ارسال کرده ایم.

مسئول کمیته مسابقات سازمان لیگ فدراسیون فوتبال ادامه داد: نکته ای که در برگزاری این مسابقه وجود دارد، این است که حامی مالی برگزاری این دیدار اعلام کرده در تاریخ ۲۵تیر نمی تواند بلطف فروشی خلوه را انجام دهد و به همین دلیل باشگاه پرسپولیس در نامه‌ای خواستار برگزاری این مسابقه در تاریخ ۲۱ تیر شده است.فاقی همچنین گفت: به دلیل برگزاری دیدار سورپ جام در تاریخ ۳۰ تیر مخالف برگزاری دیدار دوستانه شهراورد در تاریخ ۳۱ تیر ماه هستیم و برای این تاریخ به فدراسیون فوتبال آلمان هم نامه نوشاھیم.

وی تاکید کرد: پرسپولیس بیشترین ضرر را از برگزاری این شهراورد خواهد کرد زیرا آنها تپاری های بسیار سنگینی در پیش رو خواهند داشت.مسئول کمیته مسابقات سازمان لیگ فدراسیون فوتبال افزود: فیفا در نامه‌ای از فدراسیون‌های فوتبال کشور با درخواست است در بازی های دوستانه باشگاه ها در خارج از کشور خود به خصوص پیش از فصل حتما با فدراسیون فوتبال میزان مکاتبه داشته باشند و در غیر این صورت اجازه برگزاری مسابقات داده نخواهد شد.

آماده‌سازی زیرساخت‌های لازم برای ورود به انقلاب چهارم صنعتی



فروش حجمی در اینترنت ثابت تغییر می‌کند

وزیر ارتباطات و فناوری اطلاعات از تشکیل کمیته ای برای بررسی نحوه فروش اینترنت در بخش ثابت خبر داد و گفت: روش فروش حجم اینترنت این بخش پس از بررسی های این کمیته تغییر می کند.

محمود واعظی دیروز در گفتگو باایران‌فرد:همه شرکت‌هایی

آپد که در گذشته بر سرمان آمد، ضررهای بیشتری را

تیم حاصل کرد ؛ امروزه در بین فناوری های مختلف ای سی تی جزء فناوری هایی است که به سرعت در حال تغییر است، ما در نوع گذشته شاهد بودیم که بسیاری از کشورهای پیشرفته نوع نگاهشان را تغییر دادند و ای‌سی‌تی به عنوان پیشگام توسعه انتخاب کرد و از سوی دیگر برای اینکه بتوانند تحولی سریع در بخش های مختلف ایجاد کنند، ای سی تی به عنوان توانمندساز بخش های

یکی از برنامه‌های اصلی وزارت نیرو تمرکز روی مساله بازیافت آب است که برای این مساله هم یک هیات پنت نفره از آلمان وارد ایران شد.لعل.مدار رحیم افغانی معاون وزیر نیرو و امیر آبا با گفتگو با خبرنگار فارس در تهران گفت: یکی از اهداف اصلی وزارت نیرو در سال جاری، تسهیل فرایند بازیافت آب در صنایع است که با فرایند تولید آن نقش کلیدی ندارد، صحبت

نیاز ۱۸۰۰ میلیارد تومانی برای تامین خدمات زیربنایی پروژه‌های مسکن مهر

برای تامین خدمات زیربنایی پروژه‌های مسکن مهر ۱۸۰۰ تومانی اعتبار نیاز است. قائم مقام وزیر راه و شهرسازی گفت: به جز پروژه‌های قدامت‌منافی و آنهایی که در دادگاه‌ها هستند،سایر واحدهای طرح مهر تا پایان اسال به اتمام می‌رسد. وی تصریح کرد: بر اساس آنچه از سازمان‌های آب و فاضلاب استان‌ها دریافت شد، ۱۱۰۰ میلیارد تومان دیگر برای خدمات زیربنایی پروژه‌ها نیاز است.قائم مقام وزیر راه و شهرسازی با تاکید بر این که تامین اسامال باید حداقل ۱۰۰۰ کیلوگرم تومان را برای تامین خدمات زیربنایی تصویب



ورزشی



جوانان و نوجوانان ایران؛ قهرمان آسیا



امیرحسین یگیلی،یوزن ۵۴+کیلوگرم: حدیث طالبی
رده سنی جوانان:
کاتانی انفرادی،احمدرضا محمودی

وزن ۵۹- کیلوگرم: مینا حیدری
قهرمانی پسران و دختران کاتاروی ایران
همچنین تیم‌های ملی کاتانی تیمی جوانان پسر ودختر ایران قهرمان مسابقات قهرمانی کاراته آسیا در قزاقستان شد

تیم ملی کاتانی تیمی جوانان پسرر ایران متشکل از مهدی شجاعی، پویا حبیبی و مهدی رضایی در فینال مسابقات قهرمانی کاراته آسیا مقابل تیم مازنی با نتیجه ۲ بر یک پیروز و صاحب مدال طلا شد.

تیم کاتانی تیمی جوانان دختر هم با ترکیب ستاره خاکپور، آرزو لونجی و محدثه ناچیج در فینال مقابل

شبنم واحدی و الیاس محمدزاده، مدال طلای مسابقات رده

امید را هم از آن خود کردند.
نمایندگان کشورمان در گروه سنی امید به مصاف حریفان خود رفتند که نتایج زیر حاصل شد:

طلابرده سنی امید:کاتانی انفرادی: فاطمه صادقی،یوزن ۶۰- کیلوگرم: مهدی رحیمی،نژادیوزن ۷۵- کیلوگرم: الیاس محمدزاده،وزن ۶۸- کیلوگرم: ششفاقی واحدی،یوزن ۶۸+ کیلوگرم: شبنم واحدی،یوزن ۵۵- کیلوگرم: آویشن باقری
نقره‌زده سنی امید:کاتانی انفرادی: امیریزدان ندین،یوزن ۸۴- کیلوگرم: مهدی قراری زاده،یوزن ۸۴+ کیلوگرم: صالح ابلازی، وزن ۵۰- کیلوگرم: سارا بهمن یار

برنزه‌زده سسئی امید:یوزن ۶۷- کیلوگرم: امیر حسین سهرابی،وزن ۵۵- کیلوگرم: علی مسکینی.

تیم امید ایران در مجموع دو بخش کاتا و کومیته پسران و دختران به ۶ مدال طلا، ۴ نقره و ۲ برنز دست یافتست و عنوان نخست را از آن خود کرد و همچنین درخشش نمایندگان ایران در رقابت های قهرمانی آسیا ادامه داشته باشد.

پیش‌تازی ایران در جدول رده‌بندی مدالی
تیم ملی ایران با کسب ۲۲ مدال طلا،۴ نقره و ۲ برنز در صدر جدول رده‌بندی مدالی تا پایان روز دوم مسابقات قهرمانی آسیا قرار دارد.

جدول رده‌بندی:

۱- تیم ایران با ۱۶ طلا، ۸ نقره و ۸ برنز
۲- ژاپن با ۸ طلا، ۷ نقره و ۱۱ برنز
۳- قزاقستان با ۷ طلا، ۴ نقره و ۷ برنز
این رقابت‌ها ۲ روز دیگر ادامه دارد و کاراته‌کاهای کشورمان در رده بزرگسالان امروز به مصاف حریفان می‌روند.

تیم ملی والیبال نوجوانان ایران در تورنمنت ۴ جانبه روسیه

عنوان نهمی سردان جهان برای والیبال
همچنین تیم والیبال الف زیر ۲۱ سال ساحلی ایران در پنجمین دیدار خود در مسابقات قهرمانی مردان جهان برابر تونس ابر یک مغلوب شد و به عنوان نهم مشترک دست یافت.دیدارهای مرحله سوم جدول اصلی مسابقات والیبال ساحلی قهرمانی زیر ۲۱ سال جهان دیروز در نانجینگ چین برگزار شد.
ملی پوشان ایران (جواد فیروزپور و علیرضا آقاجانی) در ست نخست این دیدار ۲۱ بر ۱۲ به پیروزی رسیدند اما در ست دوم و سوم ۲۱ بر ۱۱ و ۱۵ بر ۹ مغلوب شدند و از راه یابی به جمع هشت تیم برتر بااماندن تا به عنوان نهم مشترک دست یابند.
پانزدهمین دوره مسابقات والیبال قهرمانی نوجوانان پسر زیر ۱۹ سال جهان ۲۷ مرداد تا پنجم شهریور به میزبانی شهر «ننامه» کشور بحرین برگزار می‌شود و تیم ایران در گروه چهارم با تیم های ایتالیا،مکزیک،چین و جمهوری چک همراهی می کند.

جودو قهرمانی آسیا؛ ایران با ۲ برنز هشتم شد

۹۵ هم با کسب ۴ برنز به کار خود پایان داده بودند.
این دوره از مسابقات بدون حضور ژاپن، کره شمالی و چین برگزار شد اما متأسفانه تیم ملی ایران در این دوره از مسابقات حتی فینالیست‌نشادت.

لگنهای کهن‌تاه

واردات میوه همچنان ممنوع است

وزارت جهاد کشاورزی در اطلاعیه ای اعلام کرد: واردات انواع میوه به غیر از موز، انبه، آناناس و نارنگیل همچنان ممنوع است.
روابط عمومی وزارت جهاد کشاورزی در واکنش به انتشار اخباری مبنی بر آزادسازی واردات "آووکادو" نوشت: با پیگیری های به عمل آمده مشخص شد که لغو شدن نامه اخیر دفتر مقررات و استانداردهای بازرگانی این وزارتخانه مبنی بر عدم نیاز به اخذ مجوز واردات "آووکادو" که با هدف تسهیل در کار مراجعان صورت گرفته،از سوی معاون بازرگانی وزارت جهاد کشاورزی به رئیس کل سازمان توسعه تجارت اعلام شده است؛ بنابراین واردات انواع میوه به کشور به غیر از چهار میوه گرمسیری موز، انبه، آناناس و نارنگیل همچنان ممنوع است.

براساس سیاست وزارت جهاد کشاورزی و به منظور حمایت از تولید کنندگان داخلی از ۹۰ واردات هر نوع میوه به کشور ممنوع شد. این سیاست در وزارت جهاد کشاورزی همچنان استمرار دارد و تاکنون طبق

اخبار کوتاه خارجی

آزمون با شماره ۳۳ به کازان بازگشت

ملی پوش کشورمان با عقد قرارداد پکساله به تیم فوتبال روبین کازان روسیه بازگشت.
به گزارش فارس، سردار آزمون مهاجم جوان و خوش آینه فوتبال کشورمان با وجود تمام شایعاتی که در باره حضورش در تیم‌های مثل لاتزیو ایتالیا و ... منتشر شده بود دیروز شنبه روز یکم آزمون روبین کازان روسیه قراردادش را رسمی کرد تا به این ترتیب به جمع کازانی‌ها بازگشته باشد.آزمون یکسال دیگر با روبین کازان قرارداد دارد و در ادامه با شماره ۳۳ این تیم را همراهی خواهد کرد. نکته جالب اینکه بسیاری از روزنامه های ایتالیایی و حتی ترکیه‌ای اعلام کرده بودند این بازیکن از کازان جدا خواهد شد.آزمون فصل گذشته یک سال را به صورت قرضی در روسنوف بازی کرده بود اما با بازگشت بردیف به کازان این بازیکن هم به این تیم بازگشت.

پیروزی پانیونیوس در انتخابی لیگ اروپا با شجاعی و حاج صفی

تیم فوتبال پانیونیوس یونان با برخورداری از دو ملی پوش ایرانی برابر

نماینده اسلونوی پیروز شد.

بسه گزارش مهر، دوم رفت مرحله دوم رقابتهای پلی آف لیگ اروپا پنجشنبه شب پی گرفته شد و در یکی از بازیها تیم پانیونیوس یونان در ورزشگاه خانگی خود به مصاف گوریکا اسلونونی رفت و این تیم را با نتیجه ۲ بر صفر شکست داد.مسعود شجاعی و احسان حاج صفی دو ملی پوش ایرانی تیم پانیونیوس در این دیدار به میدان رفتند. شجاعی در دقیقه ۷۸ تعویض شد.

رتال مادرید 'دنی سایوس' را به خدمت گرفت

باشگاه رتال مادرید در رقابتهی سخت با بارسلونا موفق به جلب 'دنی سالیوس' بهترین بازیکن رقابت‌های فوتبال زیر ۲۱ سال اروپا شد.

به گزارش ایرنا، تیم فوتبال زیر ۲۱ سال اسپانیا چندی پیش در رقابت های قهرمانی قاره سسیز به عنوان نایب قهرمانی دست یافت و «دنی سالیوس» هافبک اسپانیایی با عملکرد درخشان خود در میانه میدان، نقش مهمی در رسیدن تیمش به فینال داشت.این بازیکن که فصل گذشته در باشگاه رتال پنیس هم نمایش خوبی داشت، مورد توجه دو باشگاه رتال مادرید و بارسلونا قرار گرفت و در نهایت مادریدی ها توانستند این هافبک آینده دار را جذب کنند.

لیگ اروپا؛ روبارویی تیم رامین رضایان با حرفی سخت
قرعه‌کشی مرحله سوم رقابت‌های لیگ اروپا برگزار شد و تیم استونده بلژیک دیداری سخت در این مرحله خواهد داشت.

گاشته در باشگاه رتال پنیس هم نمایش خوبی داشت، مورد توجه دو باشگاه اروپا دیروز در نیون سوئیس برگزار شد.

در این یکپارها میلان ایتالیا که در رده ششم سری آ قرار گرفت به مسابقات اروپایی بازخواهد گشت و در نخستین دیدار به مصاف تیم اسپورتیو کراپوای رومانی خواهد رفت.تیم فوتبال استونده بلژیک که این فصل رامین رضایان را جذب کرده است به دیدار مارسلی فرانسه خواهد رفت که پیرینی سخت برای رضایان و یارانش برای رسیدن به مرحله بعد خواهد بود.تیم‌های نام آشنای اورتون انگلیس، براکای پرتغال، بیلپاتو اسپانیا، فنرباغچه ترکیه، بورود فرانسه و فرایبورگ آلمان هم در این مرحله به مصاف حریفان خواهند رفت.

لئوناردو بونوچی در باشگاه میلان

مدافع باشگاه یوونتوس دیروز با استقبال بیش از ۲۰۰ هوادار وارد باشگاه میلان شد.

به گزارش "ورزش سه"، به نظر می رسد که باید کار یوونتس لئوناردو بونوچی به میلان را تمام شده بدانیم. مدافع ملی پوش یوونتوس که فصل گذشته در چند مقطع با مکن آلکری (مربی بوره) به مشکلات اساسی برخورد کرده بود، در چند روز اخیر به کانون شایعات در ایتالیا بدل شده است.پس از انتشار اخبار ضد و نقیض در چند روز گذشته، سرانجام دیروز تایید شد که میلان و یوونتوس بر سر انتقال بونوچی تقریبا به توافق نهایی رسیده اند.

این بازیکن دیروز با استقبال گسترده هواداران وارد باشگاه میلان شد قرارداد خود را به امضا برساند. این انتقال ۴۰ میلیون یورو بعلاوه یکسری متغیرها میلان هزینه در پی خواهد داشت و احتمال پیوستن دی شلیو یا رومانولیو از میلان به یووه هم وجود دارد.

مجزوهای دولتی هیچ نوع میوه ای به جز موز، آناناس، انبه و نارنگیل به کشور وارد نشده است.

وزارت جهاد کتشافوزی یادآور شد: میوه های خارجی که در کشور موجود هستند از طریق قاچاق با کوله بری وارد می شوند.

پرداخت ۲۸۰ هزار فقره وام ازدواج در فصل بهار

مدیر کل اعتبارات بانک مرکزی با اشاره به مدیریت تقاضای متقاضیان وام ازدواج از سوی بانک مرکزی گفت: در سه ماهه اول اسال بانکها ۲۸۰ هزار فقره وام ازدواج پرداخت کرده‌اند.

مذیر کل اعتبارات بانک مرکزی با اشاره به مدیریت تقاضای متقاضیان سهمیه تسهیلات قرض الحسنه ازدواج به بانک‌ها اظهارداشت: به بانک‌ها اعلام کردیم فعلا تسهیلات ازدواج را پرداخت کنند و به زودی سهمیه بانک‌ها را ابلاغ می‌کنیم.

وی در پاسخ به این سوال که چرا برخی متقاضیان وام ازدواج در مدت یک هفته وام خود را دریافت می کنند اما برخی دو ماه در نوبت معرفی به شعبه می‌اندند، گفت: این اتفاق به این دلیل است که تعداد زیادی از متقاضیان در سامانه یک بانک خاص را برای دریافت وام ازدواج انتخاب می‌کنند.

تجارت الکترونیک پارسیمان (پککو)
(سهامی عام)

اطلاعیه توزیع گواهینامه سپرده سهام

شرکت تجارت الکترونیک پارسیمان (سهامی عام)

به اطلاع کلیه سهامداران محترم شرکت تجارت الکترونیک پارسیمان (سهامی عام) می‌رساند با توجه به ثبت افزایش سرمایه اخیر این شرکت نزد اداره ثبت شرکت‌ها، گواهی سپرده سهام جدید شرکت که قابل فروش در بازار بورس و اوراق بهادار بوده، آماده توزیع می‌باشد. لذا از کلیه سهامداران محترم تقاضا می‌شود جهت دریافت گواهینامه سپرده سهام جدید از روز شنبه مورخ ۱۳۹۶/۰۴/۲۴ با در دست داشتن اصل برگه سهام و یا گواهینامه سپرده سهام قبلی و مدرک شناسایی معتبر به امور سهام شرکت تجارت الکترونیک پارسیمان (سهامی عام) واقع در: شهرک غرب، خیابان فلامک شمالی، نبش خیابان درخشان، ساختمان آریو، طبقه چهارم، واحد ۸ مراجعه فرمایند.

تذکر: با صدور گواهی سپرده سهام جدید، تمامی اوراق و گواهینامه های سپرده سهام قبلی از درجه اعتبار ساقط می‌باشد.

شرکت تجارت الکترونیک پارسیمان (سهامی عام)

امام علی (ع):

بدترین مردم کسی است که خطای دیگران را نبخشد و عیب را نپوشاند.

غردالحکم و دررالکلم

خانواده

شنبه ۲۴ تیر ۱۳۹۶
سال نود و دوم - شماره ۲۶۷۶۷
ضمیمه خانواده روزنامه اطلاعات

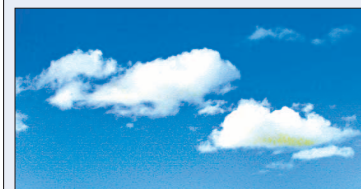
آزارهای کلامی چیزی فراتر از آزار



هر کسی ممکن است در موقعیت‌های ناخوشایندی با اظهارنظرهای نامناسب و استفاده از واژه‌های تحقیرآمیز دیگری را آزار بدهد و باعث رنجش و ناراحتی شود. به طور معمول شما اگر کسی را آزار بدهید فوراً متوجه عمل خود می‌شوید و احساس شرم و ناراحتی می‌کنید حتی اگر نتوانید مستقیماً عذرخواهی کنید. آزارهای کلامی فراتر از یک اظهار نظر نادرست در یک موقعیت خاص است. آزارهای کلامی استفاده از زبان تحقیر برای زیر سؤال بردن امنیت و از بین بردن آرامش فرد است. آزارهای کلامی ناخواسته اتفاق نمی‌افتند. کسی که دیگری را در معرض خشونت‌های کلامی خود قرار می‌دهد با هدف و عمد این کار را می‌کند، از کاری که می‌کند احساس پشیمانی نمی‌کند و اوضاع یک رابطه را هر روز بدتر از دیروز می‌کند.

در صفحه ۴ بخوانید

پیک تکه آسمان



خدایا

دروغ بفروست بر محمد و خاندانش و مرا به راه شایسته هدایت راه بنمای و چنان کن که راه دیگرگون نکنم، و طریق حق پیش پای من بگشای و چنان کن که به راه باطل نگریم و نبی صوابم ده و چنان کن که در آن تردید روا ندارم. و عمر مرا دراز نمای و چنان کن که در طاعت تو به سر نشود و چون مرتع عمر من چراگاه اهریمن گردد، پیش از آنکه خصومت تو بر من تازد یا خشم تو مرا به سر در اندازد جان من بستان

ای خداوند هر خصلت بد که در من است به صلاح آور و هر زشتی که با من است و موجب نکوهش من، به زیبایی بدل نمای و هر کرامت کمال نیافته که در من است کامل فرمای.

دعای بیستم صحیفه سجاده

خاطرات، پیشنهادها و نظرات خود را برای ما ارسال کنید
روی پاکت نامه بنویسید: مربوط به ضمیمه خانواده
ایمیل ضمیمه خانواده روز نامه اطلاعات (ویژه خوانندگان)
khanevadeh@ettelaat.com
شماره تماس: ۲۹۹۹۴۵۸۱

قاپ هشته

کج خلقی‌های کودک را مهار کنید

صفحه ۷

زمنه می‌کند و با قلب ما حرف می‌زند. اما بعضی اوقات زمانی که ما وقت نداریم گوش کنیم، او مجبور می‌شود پاره آجری به سمت ما پرتاب کند!

ظرف تحمل

حکیمی شاگردان خود را برای یک گردش تفریحی به کوهستان برده بود. بعد از پیاده‌روی طولانی، همه خسته و تشنه در کنار چشمه‌ای نشستند و تصمیم گرفتند استراحت کنند. حکیم به هر یک از آن‌ها لیوانی داد و از آن‌ها خواست قبل از نوشیدن آب یک مشت نمک درون لیوان بریزند. شاگردان هم این کار را کردند. ولی هیچ‌یک نتوانستند آب را بنوشند، چون خیلی شور شده بود. سپس استاد مشتی نمک را داخل چشمه ریخت و از آن‌ها خواست از آب چشمه بنوشند و همه از آب گوارای چشمه نوشیدند.

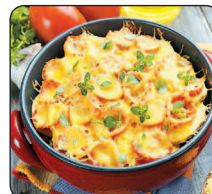
حکیم پرسید: «آیا آب چشمه هم شور بود؟»

همه گفتند: «نه، آب بسیار خوش طعمی بود.»

حکیم گفت: «رنج‌هایی که در این دنیا برای شما در نظر گرفته شده است نیز همین مشت نمک است نه کمتر و نه بیشتر. این بستگی به شما دارد که لیوان آب باشید و یا چشمه که بتوانید رنج‌ها را در خود حل کنید. پس سعی کنید چشمه باشید تا بر رنج‌ها فایز آید.»



وقتی خودمان میکروب‌ها را مقاوم تر می‌کنیم!
صفحه ۲



پیشنهاد سرآشپز: کاسرول زامبون و سیب زمینی
صفحه ۴



اجیل دشمن سرطان رود
صفحه ۵



حد و مرز تصمیم گیری بچه‌ها
صفحه ۷

پاره آجر

مردی ثروتمند در اتومبیل جدید و گران قیمت خود با سرعت فراوان از خیابان کم رفت و آمدی می‌گذشت. ناگهان از بین دو اتومبیل پارک شده در کنار خیابان، یک پسر بچه پاره آجری به سمت او پرتاب کرد. پاره آجر به اتومبیل او برخورد کرد. مرد پایش را روی ترمز گذاشت و سریع پیاده شد و دید که اتومبیلش صدمه زیادی دیده است. به طرف پسرک رفت تا او را به سختی تنبیه کند. پسرک گریان، با تلاش فراوان بالاخره توانست توجه مرد را به سمت پیاده رو، جایی که برادر فلجش از روی صندلی چرخدار به زمین افتاده بود جلب کند. پسرک گفت: اینجا خیابان خلوتی است و به ندرت کسی از آن عبور می‌کند. هر چه منتظر ایستادم و از رانندگان کمک خواستم، کسی توجه نکرد. برادر بزرگم از روی صندلی چرخدارش به زمین افتاده و من زور کافی برای بلند کردنش ندارم، برای اینکه شما را متوقف کنم، ناچار شدم از این پاره آجر استفاده کنم! مرد متاثر شد و به فکر فرو رفت... برادر پسرک را روی صندلی اش نشاند، سوار ماشینش شد و به راه افتاد.

در زندگی چنان با سرعت حرکت نکنید که دیگران مجبور شوند برای جلب توجه شما، پاره آجر به طرفتان پرتاب کنند! صاحب کائنات در روح ما



▲ فرار از گرما به سبک ساکنان اهواز / عکس‌ها: مهر

باعث اضافه وزن شود. کودکانی که در دوران کودکی خود آنتی بیوتیک مصرف می کنند بسیار سریعتر از کودکانی که آنتی بیوتیک مصرف نمی کنند، افزایش وزن پیدا می کنند. میزان افزایش وزن مربوط به آنتی بیوتیکها ممکن است تا پایان دوره کودکی ناچیز باشد، اما یافته های ما مبنی بر این که این اثرات بکجا هستند این احتمال را بوجود می آورد که آنها تداوم داشته باشند و به دوران بزرگسالی فرد نیز برسند. آنتی بیوتیکها ضمن کشتن میکروارگانیسم های مضر و آسیب رسان، این باکتری های سودمند و حیاتی را نیز می کشند. مطالعات نشان می دهد که مصرف مکرر آنتی بیوتیکها می تواند میکروبیوتا را برای همیشه دگرگون کند که موجب تغییر در نحوه هضم غذا و همچنین افزایش کالری جذب شده می شود. از طرفی استفاده از آنتی بیوتیک در دوران کودکی می تواند خطر ابتلا به بیماریهای رودهای مانند کرون و کولیت های زخمی در سنین بالاتر را افزایش دهد. تقریباً تمامی آنتی بیوتیکها می توانند منجر به کولیت روده شوند اما آنتی بیوتیکهایی مانند آمپی سیلین ها، کلیندامایسین ها، سفالوسپورین ها (سفالکسین، سفازولین) بیش از سایر آنتی بیوتیکها این خطر را ایجاد می کنند. به غیر از عارضه گوارشی در روده، مصرف بعضی آنتی بیوتیکها میتواند باعث التهاب دستگاه گوارش فوقانی مانند معده، اثنی عشر و خصوصاً مری شود.

عقونتهای قارچی و عفونتهای کاندیدیایی هم مشکل دیگری است که با مصرف این داروها ممکن است ایجاد شود. این قارچ در نوزادان بخصوص نوزادان نارس و در واژن زنان میتواند به طور طبیعی وجود داشته باشد، اما در افراد بزرگسال در پوست و مخاط در شرایط خاص رشد میکند. شایع ترین شکل عفونت در نوزادان بصورت برفک در دهان است که در اوایل تولد طبیعی است اما در بزرگسالان و افراد بالغ وجود برفک در دهان ناشی از یک بیماری زمینه ای یا مصرف بعضی از داروها مثل آنتی بیوتیک است که به طور طولانی مدت مصرف شده اند.

اختلال در انعقاد خون هم از دیگر عوارض آنتی بیوتیکهاست. مصرف بعضی از آنتی بیوتیکها با تغییراتی در روده بزرگ اجازه رشد بیش از حد باکتری پاتوژن بنام کلستریدیوم دیفیسیل را بوجود می آورد. از بین بردن فلور طبیعی روده میتواند با ایجاد اسهال منجر به دفع الکترولیت های بدن شده و همچنین میتواند به دلیل اختلال دریافت ویتامین K که توسط میکروبیای موجود در روده ساخته میشود منجر به اختلال در انعقاد خون شوند.

نارسایی کلیوی، کمبود ویتامین B، افزایش احتمال ابتلا به سرطان را هم به فهرست عوارض آنتی بیوتیکها اضافه کنید. به این ترتیب بعید است دلیل دیگری برای تجدید نظر در میزان و نحوه استفاده از آنتی بیوتیکها نیاز داشته باشید. بهتر است با تغییر شیوه دارو خوردن هم خودمان و هم جهان را از این عوارض نجات دهیم.

وقتی خودمان میکروبها را مقاوم تر می کنیم!



ویروس های سرماخوردگی کاری انجام نمی دهند. از پزشک خود نخواهید که برای سرماخوردگی آنتی بیوتیک برایتان تجویز کند یا آنتی بیوتیکهای موجود در خانه تان را هنگام سرماخوردگی مصرف نکنید. با این کار زودتر خوب نمی شوید و مصرف نامناسب آنتی بیوتیکها در مشکل جدی و رو به رشد باکتری های مقاوم به آنتی بیوتیک نقش دارد.

تصورات غلط درباره اثر بخشی آنتی بیوتیک
معمولاً وقتی سرمای خورید به خیال اینکه زودتر خوب شوید آنتی بیوتیک مصرف می کنید اما آنتی بیوتیکها می توانند نتیجه عکس داشته باشند و موجب بهبودی بیماری نشوند. حتی قرص های سرماخوردگی هم چنین خطری دارند چون داروهای مسکن و ضد احتقان بدون نسخه علائم را آرام می کنند اما از سرماخوردگی جلوگیری نمی کنند و یا دوره آن را کوتاه تر نمی کنند و بیشتر آن ها عوارض دارند. اگر این داروها بیش از چند روز مصرف شوند عملاً علائم را بدتر می کنند.

شما با این کار فقط مقاومت میکروبی را در خودتان و در جهان بیشتر می کنید. متخصصان هشدار می دهند که در آینده ای نزدیک و به دلیل همین مقاومت با عفونتهایی روبه رو خواهیم شد که قابل درمان نبوده و یا درمان آنها بسیار مشکل خواهد بود و در صورت درمان نیز هزینه های زیادی برای نظام سلامت تحمیل می کند.

مقاومت میکروبی در بیماران دیابتی، بیماران

• یگانه خدای

سال ۲۰۱۴ سازمان بهداشت جهانی از مقاومت دارویی در برابر آنتی بیوتیکها به عنوان یک "تهدید بزرگ جهانی" نام برد. به گزارش این سازمان مقاومت دارویی در همه نقاط جهان افزایش پیدا کرده است. مصرف بی رویه و بدون تجویز این داروها منجر به مقاومت به آنتی بیوتیک می شود. یعنی میکروب های بیماری زا که برای مبارزه با آنان آنتی بیوتیک استفاده می شوند، جهش ژنی (موتاسیون) پیدا کرده و نسبت به این داروها مقاومت پیدا می کنند. به این ترتیب نسل های جدیدی بیماری به وجود می آیند که نمی توان با آنها مبارزه کرد.

متاسفانه ایران یکی از کشورهایی است که با تجویز بیش از اندازه این داروها روبروست و مصرف آنتی بیوتیک چه با تجویز و چه خودسرانه آنقدر بالاست که برابر با کل مصرف آن در اروپاست. در واقع مصرف آنتی بیوتیک در ایران ۱۶ برابر استاندارد جهانی است! البته مصرف این داروها تنها به مصارف شخصی افراد و خوددرمانی محدود نمی شود. مصرف آنتی بیوتیک در سال های اخیر در کشاورزی هم افزایش داشته و آنتی بیوتیکها در دامداری، پرورش مرغ و طیور، پرورش ماهی و آبزیان، تولید محصولات کشاورزی و در باغهای میوه استفاده می شود. به همین دلیل مقاومت به آنتی بیوتیک، کشاورزی و محیط زیست را هم تحت تأثیر قرار می دهد. چند روز پیش اجلاس بین المللی چالش های نظام مراقبت مقاومت میکروبی در تهران برگزار شد و دکتر علی اکبر سیاری معاون بهداشت وزارت بهداشت در این اجلاس هشدار داد که تجویز بی مورد و بی جا آنتی بیوتیک از سوی متخصصان باعث می شود که تنها اسلحه برای نجات جان کودکان از دست برود. به گفته سیاری در ۵۰ درصد نسخه های پزشکان آنتی بیوتیک وجود دارد!

این میزان مصرف آنتی بیوتیک در کشور هشدار سید حسن هاشمی وزیر بهداشت را به دنبال داشته است. او می گوید: «آنتی بیوتیک ابتدا برای مقابله با عفونت در انسان مصرف می شد، اما بعد از آن استفاده از این فناوری به حوزه دامپروری نیز تسری پیدا کرد. به همین دلیل طبیعی است که مقاومت نسبت به آن باعث آسیب به مردم می شود و تهدیدی جهانی است. امروز مقاومت آنتی بیوتیکی جیب و سلامت مردم را تهدید می کند.» به گفته وزیر بهداشت ۲۰ درصد مصرف آنتی بیوتیکها در مراکز بهداشتی و درمانی است، اما ۸۰ درصد آن در خدمات سرپایی تجویز می شود که بیش از ۵۰ درصد این رقم غیر ضروری است.

آنچه خطرناک و در واقع ترسناک است این است که بیش از ۵۰ درصد بیماری های واگیر مقاومت میکروبی پیدا کردند. محمود فکری مدیرکل دفتر منطقه شرق مدیریتانه سازمان بهداشت جهانی می گوید: «آنتی بیوتیکها به باکتری ها حمله می کنند و در مقابل

تئاتر

لامبورگینی

پردیس تئاتر شهر زاد از ۲۲ تیرماه تا دوم مرداد ماه در سالن شماره ۲ خود میزبان نمایش لامبورگینی است که هر شب ساعت ۲۱:۳۰ روی صحنه می رود و اجرایی یک ساعته دارد.

این نمایش به نویسندگی و کارگردانی سیامک صفری ساخته شده و سیامک صفری، اشکان خطیبی و حمید صفت در آن نقش آفرینی می کنند.



تئاتر لامبورگینی به موضوع های روز و مسائل و مشکلات اجتماعی می پردازد و یک شب از زندگی دو نفر را با نگاهی به مضامین اجتماعی و تضاد میان افراد نشان می دهد.

در حقیقت در این نمایش چند پدیده اجتماعی همچون مسئله گور خوابها، حادثه پلاسکو و مشکلات خواننده های زیرزمینی را در یک داستان دراماتیک می بینید. برای دیدن این نمایش باید به خیابان نوفل لوشاتو، بعد از خیابان رازی بروید. بلیت نمایش ۳۵ هزار تومان قیمت دارد.

سینما

کارگر ساده نیازمندیم

«کارگر ساده نیازمندیم» فیلمی به کارگردانی و تهیه کنندگی منوچهر هادی و نویسندگی پدرام کریمی محصول سال ۱۳۹۴ است که به تازگی اکران شده و در آن بازیگرانی مثل آتیلا پسیانی، یکتا ناصر، سیامک صفری، سحر قریشی، فاطمه رستمی و مهران احمدی، بهرام افشاری، سیروس همتی، مجید اصغری، مهدی محرابی نقش آفرینی می کنند. فیلمنامه «کارگر ساده نیازمندیم» مضمونی اجتماعی دارد و فضای آن نسبت به سایر ساخته های منوچهر هادی متفاوت است.



در خلاصه داستان آن آمده است: قدم در مغازه رحمت شاگردی می کند و عاشق مونس دختر رحمت است. پس از مرگ رحمت جهان از موقعیت استفاده می کند و دختر ۱۶ ساله رحمت را در ازای طلبی که از رحمت داشته از مادرش خواستگاری می کند، قدم از این بابت عصبانی می شود و ماجراهایی اتفاق می افتد که داستان فیلم را جلو می برد.

پیشنهاد هفته

تیرماه به انتهای خود نزدیک می شود و چشم به هم بزنی مرداد و شهریور هم از راه رسیده اند. بنابراین اگر هنوز از فرصت روزهای بلند تابستان برای گشت و گذار خانوادگی استفاده نکرده اید، وقت را غنیمت بدانید و از همین امروز برنامه ریزی کنید. ما هم برای شما پیشنهادهایی داریم که خواندنشان خالی از لطف نیست.

را با پاچه سرش خشک کرد و گفت: «همیشه مردم قبیله ام برایم مهم بوده‌اند.» فریس پوزخندی زد و گفت: «آره! به خصوص وقتی که زنهایشان را به بیگاری می‌گیری و محصولانشان را به نصف قیمت می‌خری.» بعد همه خندیدند.

جریر دستی به شکم بزرگش کشید و با خونسردی گفت: «شماها که از این طرح خوشتان آمد همه همین کار را می‌کنید.»

عامر ابرویش را بالا انداخت و گفت: «ما منصفیم پول بیشتر می‌دهیم و زن و دخترها را به خدمت می‌گیریم.» جریر همانطور که عرق پیشانی اش را پاک می‌کرد گفت: «ولی جنازه تحویل مردم نمی‌دهیم!» عامر با لحن کشداری گفت: «آن دختره را می‌گویی؟! تقصیر خودش بود سرکش و یاغی بود عین خواهرش طلیعه.»

ضیغم با لحن تند همیشگی اش خطاب به جریر گفت: «ما از مغزمان خوب استفاده می‌کنیم. پول بیشتر می‌دهیم ولی تمام افراد مورد اعتماد مردم در مشتمان‌اند.» سپس مشتش را بالا آورد و ادامه داد: «ندیدی وقتی آن شتر کذایی از کوه بیرون می‌آمد فقط دو ردیف آدم کنار صالح ایستاده بود!»

به جریر نزدیکتر شد طوری که نفشش به صورت او می‌خورد: «همه به اصطلاح خودشان مؤمنین را خریدم آخرینش هم تا چند وقت دیگر در چنگم است.» جریر آرام گفت: «پس دیگر مشکلی وجود ندارد.» رو به هفت مرد دیگر کرد و گفت: «یک عقل کل مشت گنده اینجاست که دیگر برای کسی نگرانی به جانی گذارد.» سپس به طرف اسبش رفت.

ضیغم جلوی جریر را گرفت و بلند گفت: «کجا؟! فکر کردی با این حرفهای بی‌سر و ته می‌توانی زیر همه چیز بزنی؟! رو به بقیه کرد و فریاد زد: «این نقشه همه ما بود.» چند قدم به آنها نزدیک شد و با لحن قاطعانه‌ای گفت: «همه توافق کردیم که از هر قبیله دو نفر در این نقشه شرکت کنند: نه نفر برای کشتن صالح و نه نفر برای کشتن خانواده اش، بعد هم کسی اعتراضی کرد بگویم ما خبر نداشتیم و راست می‌گوییم. درست است؟!»

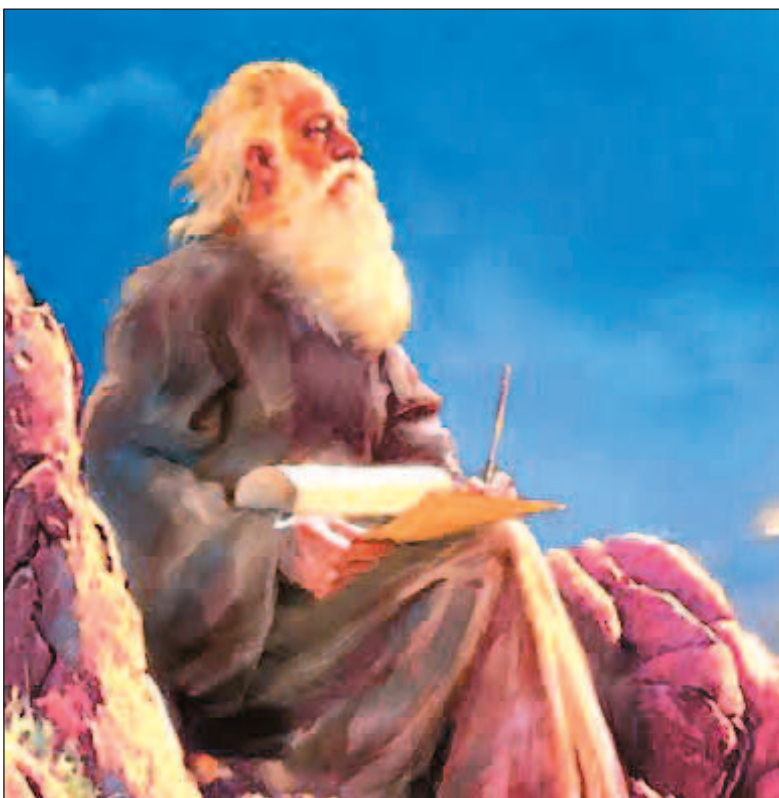
هر هشت نفر سرشان را به علامت تأیید تکان دادند. ضیغم نگاهش را از جریر به صورت دیگران لغزاند و ادامه داد: «وقتی همه با هم باشیم دیگر کسی نمی‌تواند حرفی بزند، اگر پشت همدیگر را خالی کنیم مثل گروه صالح از هم می‌باشیم.» هر هشت مرد سرهایشان را به علامت تأیید تکان دادند.

ضیغم پیروزمندانه در حلقه رؤسای قبایل ایستاد و گفت: «پس بیاید با هم راه حلی پیدا کنیم»

کار می‌کنند. همه شان دغدغه نوشتن دارند و همین کافیسست برای این که نام کارگاهشان را عوض کنند و بگذارند: داستان‌های از شنبه تاجهار شنبه.

رودابه کمالی

او بی گناه است



شب... آب دهانش را قورت داد و ادامه داد: «آن هم زمانی که صالح تنها در غار بود و بهترین زمان کشتنش...»

ضیغم با عصبانیت کف پایش را به سنگ بزرگی کوبید و ادامه داد: «این سنگ‌های لعنتی بر سر این دست و پاچلفتی‌ها فرو بریزد!» و در دل برای کاهش خشمش گفت: همان بهتر که به درک رفتند.

همه سران نه گانه با تعدادی از افرادشان حضور داشتند. سنگ‌ها بزرگ بودند و تکان‌دانشان سخت. عاقبت با همکاری همدیگر توانستند سنگها را جا به جا کنند.

جنازه‌های خونی و له شده را پشت اسب‌ها گذاشتند. فهد در حالیکه دستش را سایه بان چشمانش کرده بود به مطیع و فریس که نزدیک او ایستاده بودند گفت: «حیف شد! اگر طبق نقشه

• نوشته: هانیه ضرابی قسمت پنجم

میثاق پوزخندی زد و گفت: «عجب! پس کفر ثروت می‌آورد» صالح گفت: «ثروت، فقر، بیماری، مرگ عزیزان و سیله‌اند، و سیله بریدن وابستگی‌ها تا بندگان سبکبار شوند.

ما برای راحتی و آسایش به این دنیا نیامده‌ایم، آمده‌ایم تا آماده دیدار خداوند شویم، به راه طولانی‌ای که در پیش رو داری بیندیش، به آسایش ابدی که در انتظارت است.» میثاق نگاهش را از صالح برگرفت داس را برداشت و گفت: «باشد، فکر می‌کنم!» و به طرف سکوی سنگی رفت. صالح به طرفش چرخید. میثاق بلند گفت: «طی کردن راه طولانی با شکم گرسنه نمی‌شود. ظاهراً سخاوت کافران از خدای مهربانتر است.» صالح ایستاد به طرفش چرخید. میثاق ادامه داد: «ضیغم علاوه بر پرداخت سخاوتمندانه اش مرا شریک یک سوم فروش محصول تاکستانش کرده.»

صالح تأسفش را درونش پنهان کرد و گفت: «عمیق فکر کن. ایمان گوهر نابی است، نگهداریش خیلی آسان نیست، گاهی مجبور می‌شوی دردی عمیق را که به هیچ کسی نمی‌توانی بازگو کنی تحمل کنی ولی در نهایت آرامش و زیبایی روشنی بخشی وجودت را فرا می‌گیرد که خاص هر بنده‌ای است.» سرش را با تأکید تکان داد و گفت: «این نزدیکی به خداوند ثروت حقیقی است.» سپس در برابر چشمان پراندوه فادیا از در بیرون رفت.

ضیغم همانطور که دستانش را به دو طرف کمرش زده بود فریاد کشید: «بجینید سنگ‌ها را از روی این بی عرضه‌ها بردارید.» رو به فخیخ کرد و با عصبانیت فریاد زد: «نمی‌توانستی زودتر خبر این خرابکاری را بدهی؟! فخیخ ابروهایش را در هم گره زد و گفت: «به من چه ربطی دارد می‌خواستی دار و دسته خودت را بفروستی؟»

ضیغم به یقه فخیخ چنگ زد، فخیخ با دستان پر قدرتش دست ضیغم را از یقه اش جدا کرد و با کلمات خشم آگین فریاد کشید: «تو که از وضعیت سنگهای این کوه خبر نداشتی چرا همه ما قبیله‌ها را گرفتار این ماجرا کردی؟» ضیغم که به سختی شعله سرکش درونش را کنترل می‌کرد با تندی گفت: «از زمانی که در این سرزمین به دنیا آمده‌ایم این صخره‌ها همیشه استوار بوده‌اند.

چه کسی حتی فکرش را می‌کرد که نیمه

گشت و گذار

یری



شهر «یری» در استان اردبیل محل استقرار تمدنی کهن است که در دهه ۸۰ باکاو‌های باستان‌شناسی انقلابی در قدمت تاریخی استان اردبیل رقم زد و تاریخ این منطقه را تا اواخر

دوره نوسنگی به عقب برد. این منطقه در چهار هزار هکتار برای اولین بار در سال ۱۹۴۷ توسط چارلز برنی باستان‌شناس مورد کاوش قرار گرفت و به عنوان «قلعه ارجق» از سوی وی معرفی شد. چهاربخشی که در منطقه شهر یری کاوش شده است شامل محدوده قلعه، گورستان عصر آهن، معبد و محوطه قوشا تپه است. یری در ۳۱ کیلومتری شرق مشگین شهر در کنار رود قره سو قرار دارد. محوطه باستانی «شهر یری» در سال ۱۳۸۱ در فهرست آثار ملی کشور به ثبت رسید اما متأسفانه از زمان پیدا شدن این محوطه تاکنون، ۸۰ درصد آثار آن از میان رفته است.

موزه

موزه تاریخ امل



موزه تاریخ امل در عمارت دارایی این شهر واقع شده است و سه طبقه دارد که شامل گالری‌های آثار باستان‌شناسی، مردم‌شناسی و اسناد تاریخی ایران و مازندران هستند. در بخش

اسناد تاریخی این موزه، گزارش‌های ادارات وقت درخصوص زلزله و آتش سوزی امل مربوط به سال‌های ۱۳۳۵ و ۱۳۳۶ و دست‌نوشته‌های شاهان دوره قاجار و مکاتبات اداری دربار قاجار با رؤسای حاکمان امل به چشم می‌خورد. در بخش باستان‌شناسی اشیایی را می‌بینید که قدمت تعدادی از آنها به بیش از ۳ و ۴ هزار سال قبل از میلاد مسیح می‌رسد. یکی از بخشهای جالب این موزه ویرترین سکه‌ها است که تاریخ مصوری از خط، آداب و رسوم کهن، آرایش صورت و نوع پوشش شاهان را نشان می‌دهد.

کتاب

کِی ۲



کتاب «کِی ۲» روایت زندگی و مرگ در خطرناک‌ترین کوه دنیا است که به قلم ادوینسترز و دیوید رابرتز و با ترجمه گلبرگ درویشیان توسط نشر چشمه منتشر شده

است. در نخستین ساعات روز اول اوت ۲۰۰۸، حدود ۳۰ کوهنورد که هفته‌ها، هوای بد را تحمل کرده بودند، آماده شدند تا در یک روز صاف و بدون وزش باد به سوی قله بروند اما اتفاقاتی رخ داد که باعث شد تا پایان روز ۱۱ نفر از آنها جان خود را از دست بدهند. چاپ این کتاب که درباره این ماجراست، با تلاش پروانه کاظمی بانوی هیمالیا نورد ایرانی میسر شده که نسخه اصلی این کتاب را از نپال با خود به ایران آورد. این کتاب با ۳۷۸ صفحه، شمارگان هزار نسخه و قیمت ۳۱ هزار تومان منتشر شده است.

۵۰۰ پیشنهاد سرآشپز

کاسرول ژامبون و سیب زمینی

کاسرول ژامبون و سیب زمینی غذای خوش بر و رو و خوش عطر و طعمی است که می‌توانید با خلاقیت خود مواد مصرفی را تغییر دهید و طعم آن را با ذائقه خود هماهنگ‌تر سازید.

● مواد لازم:

پنیر چدار	۲ پیمانه
پیاز	۲ عدد
ژامبون خرد شده	۳ پیمانه
سیب زمینی	۸ الی ۱۰ عدد
جعفری خرد شده	۲ قاشق غذاخوری
سوپ قارچ آماده	۳۰۰ گرم
شیر	نصف پیمانه
پودر سیر	نصف قاشق چای خوری
نمک و فلفل	به میزان لازم

● طرز تهیه:

پنیر را رنده کنید، پیازها را خرد کنید، سیب زمینی‌ها را ورقه ورقه کنید و کنار بگذارید. سپس پیاز و پنیر و ژامبون را در ظرفی بریزید و با دست آن‌ها را مخلوط کنید. بهتر است در پختن این غذا از آرامپز استفاده کرده یا آن را در تابه‌ای در بسته روی شعله بسیار ملایم بگذارید. در ظرف مورد نظر، ابتدا یک لایه سیب زمینی چیده و روی آن یک لایه از مواد



ترکیبی پنیر، پیاز و ژامبون بریزید. این لایه‌ها را چند مرتبه تکرار کنید تا همه مواد و سیب زمینی‌ها تمام شود. داخل ظرفی سوپ قارچ آماده، شیر، نمک، فلفل، پودر سیر و جعفری خرد شده را با هم مخلوط کنید. سپس آن را روی کاسترول

چیده شده در تابه بریزید. در ظرف را بسته و اگر از آرامپز استفاده می‌کنید، ۴ ساعت حرارت دهید. اگر روی گاز این غذا را می‌پزید از شعله پخش کن و شعله بسیار ملایم استفاده کنید. بعد از پخت غذا و سرد شدن آن، روی غذا کمی جعفری خرد شده تازه بریزید و سرو کنید.

۵۰۰ نکته داری

اشتباهات رایج در استفاده از مایکروفر

گرم کردن پیتزا با سبزی

پیتزا، سیب زمینی سرخ کرده، پاستاها و غذاهایی از این دست را در مایکروفر گرم نکنید. مایکروفر مواد غذایی را از داخل به خارج می‌پزد.

درست است که کار کردن با مایکروفر ساده و سریع است اما گاهی استفاده از این وسیله می‌تواند سلامتی شما را تهدید کند یا کیفیت مواد غذایی را به شدت پایین بیاورد. در اینجا برخی از



بنابراین نان پیتزا بعد از قرار گرفتن در معرض امواج الکترومغناطیس آنگونه که باید ترد نخواهد بود.

غذا پختن در مایکروفر

پختن غذا در مایکروفر کیفیت غذا را پایین می‌آورد چون قسمت خارجی ماده غذایی ولرم اما داخل آن بسیار داغ است و زیاد پخته می‌شود. بنابراین پخت غذا در مایکروفر همیشه یکدست نیست، بهتر است در فواصل پخت، غذا دو تا سه بار هم زده شود.

استفاده از ظروف نامناسب

بهترین ظرف برای گرم کردن غذا در مایکروفر، ظرف شیشه‌ای است. تا حد ممکن از ظروف پلاستیکی استفاده نکنید و مواد غذایی را با بسته بندی یا برچسب پلاستیکی آن داغ نکنید. داغ کردن یک ماده غذایی که در ظروف پلاستیکی یا با پوشش پلاستیکی و همچنین کنسروها در مایکروفر باعث می‌شود غذا به بیسفنول A آلوده شود که یک ترکیب ایجاد کننده اختلال در سیستم غدد درون ریز بدن است و باعث اختلال خواب، مشکلات عصبی یا حتی ناباروری می‌شود. ظرف‌هایی که برای استفاده در

اشتباهات رایج در استفاده از مایکروفر را به شما معرفی می‌کنیم.

گرم کردن در آلومینیوم

شاید گرم کردن بعضی مواد غذایی در پوشش آلومینیومی در مایکروفر کار اشتباهی نباشد اما درباره مواد اسیدی این کار ممکن است به قیمت سلامتی شما تمام شود. گوجه فرنگی یکی از این مواد است که هرگز نباید در آلومینیوم پیچیده و در مایکروفر گرم کنید چون نسبت به امواج الکترومغناطیسی واکنش نشان می‌دهد.

گرم کردن غذا در ظرف در بسته

مایکروفر با داخل کردن مولکول‌های آب داخل مواد غذایی فشار زیادی به مواد غذایی می‌آورد. اگر غذای حاضری و بسته بندی شده خریداری کرده‌اید حتماً قبل از گرم کردن آن را از داخل ظرف خود خارج کرده و در ظروف مناسب مایکروفر قرار دهید.

فشار و هوای داخل ظروف کنسروی خارج شود در غیر این صورت ممکن است غذا دچار انفجار شود. بهتر است پوشش و در جعبه باز شود تا هوای داخل آن امکان خارج شدن داشته باشد.

۵۰۰ دنیای شیرین

شیرینی لطیفه

● مواد لازم:

آرد	۱ پیمانه
تخم مرغ	۳ عدد
شکر	نصف پیمانه
بیکنینگ پودر	نصف قاشق چای خوری
وانیل	یک چهارم قاشق چای خوری
خامه زده شده	۱ پیمانه
کرّم تارتار	نصف قاشق چای خوری
پودر پسته	برای تزئین

● طرز تهیه:

فر را با دمای ۱۸۰ درجه سانتیگراد گرم کرده و مشغول تهیه شیرینی شوید. ابتدا زرده و سفیده تخم مرغ را از هم جدا کنید. بعد زرده و وانیل را با نصف شکر با همزن برقی خوب بزنید تا کرّم رنگ و کشدار شود. سپس در ظرفی جداگانه



سفیده‌ها را با کرّم تارتار با همزن برقی بزنید تا کف کند. بقیه شکر را اضافه کرده بزنید تا کاملاً فرم بگیرد. طوری که وقتی ظرف را برمی گردانید سفیده‌ها از ظرف نریزد. سپس سفیده را به زرده اضافه کنید، یکی - دو دور مخلوط کرده و آرد و بیکنینگ پودر را الک کرده و به مواد بالا اضافه و مخلوط کنید تا مایه یکدست شود. در سینی فر کاغذ روغنی قرار داده و آن را با روغن مایع به وسیله قلم مو چرب کنید. مایه را در قیف با سر ماسوره ساده متوسط ریخته و با مقداری فاصله در سینی بریزید. مقداری پودر قند روی آن بپاشید، سپس در طبقه وسط فر به مدت ۱۰ الی ۱۲ دقیقه قرار دهید تا نان‌ها پخته شود. نان‌ها را از فر بیرون آورده، پس از اینکه کاملاً سرد شد مقداری خامه فرم گرفته را در قیف ریخته و روی یک لایه بریزید و لطیفه دیگر را روی آن قرار دهید و با پودر پسته آن را تزئین کنید.

۵۰۰ آشپزی دنیای

پیراشکی عربی

● مواد لازم:

خمیر پیراشکی	۳۰۰ گرم
گوشت چرخ کرده	۵۰۰ گرم
گوجه فرنگی	۱۰ عدد
پیاز رنده شده	۵ عدد
دارچین	نصف قاشق چای خوری
نمک و فلفل	به میزان لازم
کره	۲ قاشق سوپ خوری
ماست	۲ قاشق سوپ خوری
ارده	۱ قاشق سوپ خوری
رب انار	۱ قاشق سوپ خوری
مغز تخم آفتابگردان	۴ قاشق سوپ خوری

● طرز تهیه:

گوشت چرخ کرده، پیاز، گوجه فرنگی، ادویه‌های دلخواه، دارچین، فلفل تند قرمز، کره، ماست، ارده، رب انار، تخم آفتابگردان و مقداری نمک را در ظرفی مناسب بریزید و با دست کاملاً ورز دهید تا حالت چسبندگی پیدا



کنند. فر را از ۱۵ دقیقه قبل، روی حرارت ۱۸۰ درجه سانتی گراد تنظیم و گرم کنید. خمیر را ورز داده و روی سطحی صاف، کمی آرد بپاشید. از خمیر، به اندازه گردو جدا کرده و آن را روی سطح آردپاشی به فرم دایره‌ای با قطر هشت سانتی متر پهن کنید. روی هر خمیر، به اندازه یک قاشق سوپ خوری از مخلوط گوشت بریزید و با دو انگشت، گوشه‌های آن را جمع کنید. پیراشکی‌ها را روی سینی فر چرب شده بچینید و آن را به مدت ۳۰ دقیقه در طبقه وسط فر گرم شده، قرار دهید تا بپزد و روی آن‌ها طلایی رنگ شود.

گرم کردن شیر کودک در مایکروفر

هیچ وقت شیشه شیر بچه را داخل مایکروفر قرار ندهید. اول این که شکل و فرم شیشه شیر مناسب قرار گرفتن در مایکروفر نیست و دیگر این که ممکن است در دمای شیر داخل شیشه شیر اختلاف دمای بالایی وجود داشته باشد. در نتیجه شیر موجود باعث سوختگی دهان و گلوئی کودک شود. علاوه بر این امکان کاهش ارزش غذایی شیر نیز وجود دارد. در واقع با قرار دادن شیشه شیر بچه در مایکروفر امکان دارد ویتامین‌ها و پروتئین‌های موجود در شیر تجزیه شده و از بین بروند.

یخ زدایی غذا در مایکروفر

غذایی که از فریزر خارج می‌شود قبل از قرار دادن در مایکروفر باید به طور کامل از حالت یخ زدگی خارج شود، زیرا آب، بسیار راحت‌تر از یخ، اشعه مایکروویو را به خود جذب می‌کند، بنابراین اگر قسمت‌هایی از غذا هنوز یخ زده باشد، حرارت به طور یکنواخت به غذا نمی‌رسد و میکروارگانیزم‌های مضر در آن باقی می‌ماند.

۵ دلیل برای پیاده روی بیشتر

پیاده روی به طور منظم در طول روز می تواند به ارتقا سلامت روانی و جسمی شما کمک کند.

۱- پیاده روی به آرامش ذهنی و تمرکز کمک می کند، ذهنتان را تقویت کرده و بعد از یک پیاده روی خوب، می توانید بهتر فکر کرده و موارد مختلف را در زندگی خود بهتر مدیریت کنید.

۲- پیاده روی به طور موثری استرس شما را کم می کند، شما را شاد کرده و روی روابط اجتماعی شما تاثیر مثبتی می گذارد.

۳- پیاده روی برای استخوان ها مفید



است. تحقیقات نشان می دهد زنانی که یائسگی را پشت سر گذاشته اند و تقریباً یک و نیم کیلومتر در روز پیاده روی دارند، چگالی استخوان های کل بدنشان نسبت به زنانی که مسافت های کمتری را می پیمایند بالاتر است. همچنین پیاده روی برای کاهش سرعت از دست دادن استخوان های پانیز بسیار مؤثر است.

۴- پیاده روی به شما کمک می کند وزن خود را کاهش دهید یا تناسب اندامتان را حفظ کنید. با پیاده روی می توانید دور کمر کوچک تری داشته باشید و این یعنی احتمال سکنه قلبی و فشار خون و دیابت کاهش پیدا می کند و شما بیشتر عمر می کنید.

۵- پیاده روی علائم افسردگی را تسکین می دهد. ۳۰ دقیقه پیاده روی، ۳ تا ۵ بار در هر هفته به مدت ۱۲ هفته، علائم افسردگی را حدود ۴۷ درصد کاهش می دهد.

روش هایی برای درمان موخوره

چرب بیشتر دچار این مشکل می شوند. اگر دچار موخوره شده اید باید موهایتان را کوتاه کرده و از تحریک فیزیکی مو مثلاً سشوار کشیدن، بافتن و... اجتناب کنید. بعد از حمام اجازه دهید موهایتان مرطوب بمانند و به مرور زمان، بدون استفاده از سشوار خشک شوند. از شانه کردن موها در حالی که کاملاً خیس است خودداری کنید، زیرا شانه کردن موهای خیس آن را پاره می کند.

با شانه های دنده چوبی موها را شانه کنید. از شانه کردن مستمر و مداوم و با فشار و کشش موها خودداری کنید، آب داغ و شانه کردن موها در حمام موجب آسیب جدی به موها می شود. پس بهتر است در هنگام شانه کردن موهایتان کمی نرم و مرطوب باشند.

همچنین برای حل این مشکل مایعات فراوان بنوشید. موهایتان را با روغن های گیاهی مثل روغن زیتون و روغن بادام چرب کنید و تغذیه سالمی داشته باشید. برای پیشگیری از موخوره هم بهتر است هر ۶ ماه یک بار انتهای موهای خود را حداقل دو سه سانتی متر کوتاه کنید. از اتوی مو، فر کننده مو و لوازمی که حرارت بالایی به موها می دهند، استفاده نکنید و اگر مجبور به سشوار کردن موها بودید، قبل از آن موها را کمی با روغن زیتون چرب کنید.



موخوره یکی از رایج ترین مشکلات مو است که خانم ها معمولاً با آن درگیرند. مشکلی که با دوشاخه شدن انتهای مو شروع می شود و نتیجه آن موهایی شکننده، وز کرده و بد فرم است. موخوره ناشی از آسیب فیزیکی یا آسیب شیمیایی به مو است و وقتی اتفاق می افتد که لایه محافظ مو در فیبرهای انتهایی مو از بین می رود، در نتیجه قسمت انتهایی مو چند شاخه و شکننده می شود.

این آسیب می تواند از سشوار زدن زیاد، برس زدن مکرر با برس زبر، رنگ کردن مکرر مو و دکلره کردن، در معرض نور خورشید بودن، شامپوهای اسیدی یا قلیایی، فر دائمی و... ناشی شود. موهای خشک و خیلی

سفید کردن دندان ها در خانه



۲- به جای خمیر دندان از نمک دریا استفاده کنید. از آنجا که نمک دریا حاوی مقادیر زیادی ید است، خاصیت ضد عفونی کنندگی و ضد قارچی بالایی دارد. ۲ یا ۳ بار در هفته، محلولی از آب ولرم و نمک دریا آماده کنید. مسواک خود را داخل این آب بزنید و روی دندان ها بکشید. این محلول شبیه آب واقعی دریاست و خاصیت سفید کنندگی بالایی دارد.

۳- کرفس و سیب بخورید. این دو، حاوی سلولزهای رشته ای هستند که مانند یک مسواک طبیعی می توانند به آرامی و بدون ضرر، دندان ها را تمیز و سفید کرده و رنگ مواد خوراکی را از روی دندان پاک کنند.

برای سفید کردن دندان ها روش های درمانی زیادی هست مثل بلیچینگ که در مطب دندان پزشکی انجام می شود. اما شما با به کار بردن برخی مواد ساده در خانه، می توانید تا حد زیادی به سفید تر شدن دندان هایتان کمک کنید.

۱- روی مسواک خود مقداری جوش شیرین بریزید و مثل وقتی که خمیر دندان روی آن گذاشته اید، دندان هایتان را به مدت ۲ دقیقه مسواک کنید.

البته در انجام این کار زیاده روی نکنید. بیش از یک بار در هفته مسواک کردن با جوش شیرین باعث صدمه به لثه ها و مینای دندان می شود.

آجیل

دشمن سرطان روده

بیماران مبتلا به سرطان روده می توانند شانس زنده ماندن شان را با مصرف مغزهای آجیلی درختی در کنار رژیم غذایی سالم و ورزش منظم افزایش دهند.

در یک مطالعه ۷ ساله، بیماران درمان شده مبتلا به مرحله ۳ سرطان روده که حداقل ۵۵ گرم مغزهای آجیلی درختی در هفته خورده بودند ۴۲ درصد با احتمال کمتر بازگشت سرطان و ۵۷ درصد با ریسک کمتر مرگ ناشی از بیماری روبرو بودند.



مرحله ۳ سرطان به معنای گسترش سرطان به بافت های پیرامونی بوده که هنوز به اعضای دورتر سرایت نکرده است.

محققان بیشتر بر مصرف مغزهای درختی نظیر پسته، بادام هندی و گردو تاکید دارند. تحقیقات بیشتر نشان داده است بادام زمینی و کره بادام زمینی دارای چنین فایده ای نبودند. محققان بادام زمینی را جزء خانواده حبوبات نظیر نخود فرنگی، عدس و لوبیا دسته بندی می کنند.

تفاوت بادام زمینی با مغزهای درختی به دلیل ترکیب بیوشیمیایی متفاوت آنهاست. افرادی که مغزهای آجیلی درختی مصرف می کنند دارای قند خون پایین و انسولین پایین تر هستند که می تواند ریسک سرطان روده شان را کاهش دهد. مغزهای آجیلی درختی هم سرشار از اسیدهای چرب سالم، فیبر و فلاونوئیدها هستند.

پیشگیری از بارداری در بیماران قلبی



آی بودی: فقط کسانی که اختلال انعقادی خون دارند، بهتر است از آی بودی استفاده نکنند. حتی بیماران دریچه ای قلب که قبلاً گفته می شد آی بودی برایشان مناسب نیست، امروزه در تحقیقات مشخص شده که منعی برایشان وجود ندارد.

بستن لوله های رحمی: هیچ منعی برای این کار در بیماران قلبی نداریم و فقط خانم هایی که دو مشخصه زیر را به تنهایی یا با هم دارند، بهتر است کمی صبر کنند:

۱- کسانی که در گذشته خیلی نزدیک، مشکلی مانند سکنه قلبی و یا مسأله حادی در سه ماهه گذشته داشته اند. ۲- کسانی که وجود لخته در عروق و یا آمبولی ریوی (گیر کردن لخته خون در عروق ریوی) توسط پزشک در آنها تشخیص داده شده باشد.

زنان مبتلا به بیماری های قلبی باید برخی موارد را در هر کدام از روش های پیشگیری از بارداری رعایت کنند.

آمپول: آمپول های سه ماهه پیشگیری از بارداری در برخی موارد برای زنان مبتلا به بیماری های قلبی مضر است. کسانی که نباید از این آمپول ها استفاده کنند شامل:

- بیماران قلبی که اختلال شدید انعقادی دارند.

- کسانی هستند که این چهار مشخصه را با هم دارند: سن بالای ۴۵ سال، فشار خون بیش از ۱۶، ابتلا به دیابت و کشیدن سیگار.

- کسانی که سکنه مغزی کرده اند، یا مشکلات قلبی - عروقی شدید دارند.

بدیهی است بهترین روش پیشگیری از بارداری برای این قبیل خانواده ها، روش های مردانه ای مثل استفاده از کاندوم است.

در رابطه عاطفی احتمالا شما در برابر چنین فردی به راحتی تسلیم می شوید. چون او می تواند با استفاده از واژه ها بار خشونت های کلامی اش را کم کند و شما را تسلیم نگه دارد.

اما شما نمی توانید با چند کلام محبت آمیز و دلیذر اثر آزارهای کلامی را کم کنید. وقتی در معرض خشونت های کلامی قرار می گیرید اعتماد به نفس تان بسیار کم می شود. دچار تروما می شوید، افسرده و ضعیف و حساس تر می شوید. احتمال اینکه عوارضی مانند اختلال خواب، اختلال خوردن، اضطراب و پریشانی گریبان تان را بگیرد بسیار زیاد است. در مواردی افکار خودکشی و خودآزاری نیز به سراغتان خواهد آمد.

قرار گرفتن در معرض آزارهای کلامی باعث مشکلات جسمی نیز می شود، تپش قلب، مشکلات گوارشی، تهوع و سرگیجه و یبوست نیز ناشی از استرس شدیدی است که بخاطر قرار گرفتن در معرض خشونت تجربه می کنید.

آزارگرها دزد زندگی هستند. آنها به راحتی زندگی یک نفر را ویران می کنند. بسیاری از آنها هنر مهربانی را بلد هستند به ویژه در روابط اجتماعی اما قربانی خشونت را با رفتارهای تحقیرآمیز کنترل می کنند و هویت و شخصیت فرد را زیر سؤال می برند.

اگر آدمی قوی و مستقل باشید و توان روحی تان هم بالا باشد به راحتی تشخیص می دهید که در یک رابطه بیمار قرار گرفته اید و به احتمال زیاد می توانید خود را از این محاصره بیرون بکشید. اما اغلب آدم ها اینطور نیستند. برای بسیاری از قربانیان خشونت بیرون آمدن از رابطه کار ساده ای نیست. مهم ترین دلیلی که باعث می شود قربانیان آزار کلامی رابطه را ترک نکنند ترس است. ترس از تنهایی، وابستگی های مالی و عاطفی باعث می شوند فرد آزاردیده رابطه را ترک نکند. علاوه بر این آزارهای کلامی برای اغلب مردم جدی و مهم تلقی نمی شوند. شما ممکن است درد زیادی را احساس کنید اما اثبات آن برایتان بسیار سخت است. اطرافیان نیز نقش مهمی در سکوت و ادامه رابطه دارند. دیگران معمولا سعی می کنند شما را تشویق کنند تا رابطه را ادامه بدهید و آزارهای روحی و کلامی را مسأله مهمی نمی دانند. فقط خود شما به عنوان یک قربانی می دانید چقدر این رابطه دردناک و تحقیرآمیز است. انتخاب با شماست. شما می توانید در یک رابطه مستقل تصمیم بگیرید از این چرخه خشونت بی پایان بیرون بیایید. شاید هم این ظرفیت را در رابطه ببینید که بتوانید با کمک به آزارگر رابطه را در مسیر درستی قرار بدهید.

راهکارهای فراوانی برای مقابله با خشونت های کلامی وجود دارند که قبلا به آنها پرداخته ایم. برای اینکه از چرخه خشونت خارج شوید ابتدا باید آن را بشناسید. اکنون می توانید با واقعیت روبه رو شوید. آیا در معرض خشونت هستید؟

آزارهای کلامی، چیزی فراتر از آزار



• ریحانه دوستدار

هر کسی ممکن است در موقعیت های ناخوشایندی با اظهار نظرهای نامناسب و استفاده از واژه های تحقیرآمیز دیگری را آزار بدهد و باعث رنجش و ناراحتی شود. به طور معمول شما اگر کسی را آزار بدهید فوراً متوجه عمل خود می شوید و احساس شرم و ناراحتی می کنید حتی اگر نتوانید مستقیماً عذرخواهی کنید.

آزارهای کلامی فراتر از یک اظهار نظر نادرست در یک موقعیت خاص است. آزارهای کلامی استفاده از زبان تحقیر برای زیر سؤال بردن امنیت و از بین بردن آرامش فرد است. آزارهای کلامی ناخواسته اتفاق نمی افتند. کسی که دیگری را در معرض خشونت های کلامی خود قرار می دهد با هدف و عمد این کار را می کند، از کاری که می کند احساس پشیمانی نمی کند و اوضاع یک رابطه را هر روز بدتر از دیروز می کند.

وقتی برای اولین بار در معرض آزار کلامی قرار می گیرید نمی توانید آن را باور کنید. ممکن است آن را به حساب عصبانیت، اتفاقی طبیعی، شوخی یا بدفهمی بگذارید. اما به مرور زمان متوجه خواهید شد این چیزی بیش از یک اتفاق اشتباه است. آزارهای کلامی خود را به شکل های مختلفی نشان می دهند. تحقیر، فحاشی، داد و بی داد، توهین، تحقیر نام، مسخره کردن، غرولند و ادا درآوردن

شکل های رایج آزار کلامی هستند. اما خشونت کلامی می تواند به شکل های کمتر شناخته شده دیگری به ویژه در رابطه خود را نشان بدهد.

یکی از مظاهر خشونت کلامی بی توجهی به مکالمه است. شما با شریک زندگی یا دوست تان حرف می زنید اما او بی اهمیت به آنچه که می گوید موضوع را عوض می کند و تمایلی به ادامه موضوع مورد بحث شما نشان نمی دهد. او ممکن است هرگز علاقه ای به بحث درباره موضوعات مورد توجه شما نشان ندهد.

علاوه بر این کسی که شما را برای هر خطایی مقصر می داند در واقع شما را در معرض خشونت های کلامی و رفتاری خود قرار می دهد. در بسیاری از موارد مسئولیت خطا به عهده طرف مقابل است اما او با شگردهای کلامی آن را به عهده دیگران می اندازد. او می تواند با ابزارهای کلامی همه چیز را طوری نشان بدهد که گویا گم شدن کیف پولش تقصیر شماست.

انتقادهای دائمی به سبک زندگی و آنچه انجام داده اید نمونه ای از خشونت کلامی است. کسی که با واژه های دست پخت، نحوه کار، نحوه پوشش، انتخاب ها و دیدگاه های تان انتقاد می کند شما را مورد تعرض و آزار کلامی قرار می دهد. رفتارهای ارباب و رعیتی که اغلب خود را در نحوه بیان و انتخاب کلمات نشان می دهند مصداق بارز آزار کلامی به حساب می آید. کسی که رفتار

توصیه های عاشقانه

حفظ حرمت ها با گذشت

برای حفظ استحکام و قوام زندگی زناشویی زن و مرد، بیش از هر کس دیگری، باید خودشان مراقب حرمت ها و حریم های یکدیگر باشند. یکی از مولفه هایی که همواره می تواند حرمت زن و مرد را حفظ کند «گذشت» است. با مولفه گذشت و بخشش که بسیار قدرتمند است، زن و مرد می توانند از این حریم، دیواره و سد حفاظتی که به دور زندگی زناشویی شان کشیده اند، مراقبت بیشتری کنند.



اگر بخشش نباشد، مرتباً هر روز ممکن است به این دیواره و پرده حفاظتی آسیب وارد شود. هم مرد اشتباه می کند، هم زن؛ پس بهترین کار گذشت، بخشش و چشم پوشی از خطاهای همدیگر است.

یادتان باشد که بیش از هر چیز، حفظ حرمت یکدیگر است که زندگی زناشویی را قوام و دوام می بخشد و استحکام آن را بالا می برد. بالا بردن استحکام زناشویی، یعنی یک زندگی قدرتمند و زندگی زناشویی قدرتمند، یعنی آرامش و امنیت بیشتر برای زن، مرد و فرزندان.

پایانهای روزگاری

کشف دلیل اجتناب اوتیسمی ها

از تماس چشمی

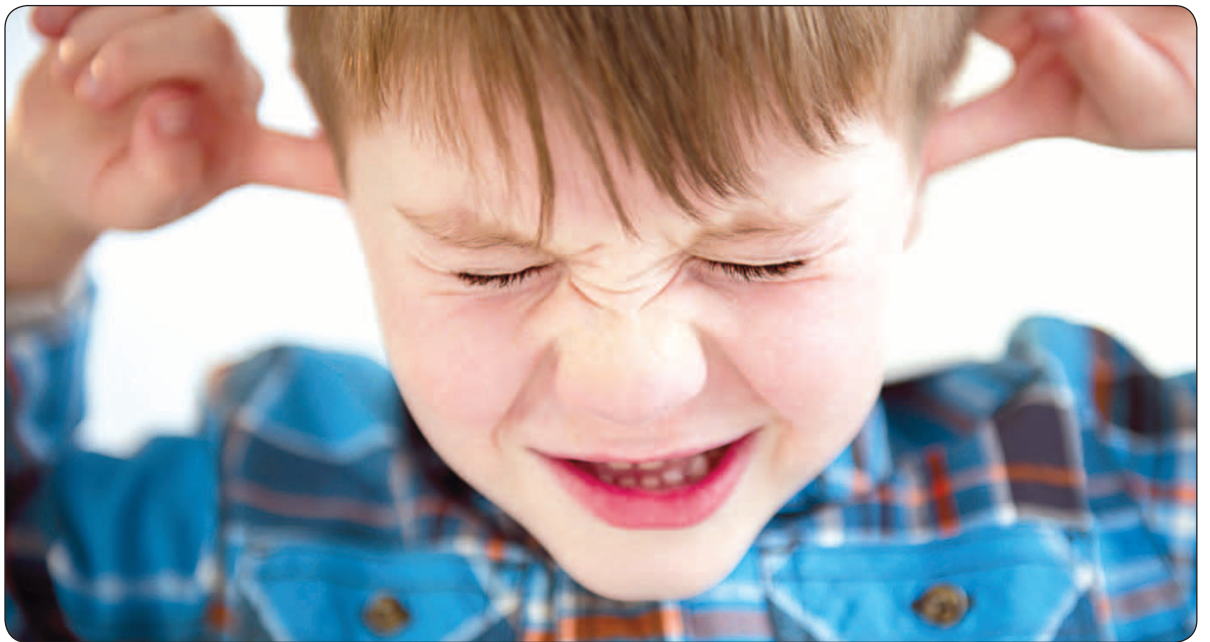
محققان بیمارستان عمومی ماساچوست دریافتند علت پرهیز از تماس چشمی در افراد مبتلا به اوتیسم برای اجتناب از تحریک مغز است چون این نوع تماس های چشمی موجب ناراحتی یا استرس آنها می شود. پیش از این محققان فکر می کردند علت پرهیز افراد مبتلا به اوتیسم از تماس های چشمی،



عدم تمایل آن ها به ارتباط با سایرین، بی تفاوتی اجتماعی یا شخصی است. عدم ارتباط چشمی یکی از مهم ترین علائم افراد مبتلا به اوتیسم است. محققان برای کسب اطلاعات بیشتر، فعالیت مغز گروهی متشکل از افراد مبتلا به اوتیسم و افراد عادی را هنگام مشاهده عکس هایی از چهره چشمان سایرین، مورد بررسی قرار دادند.

فعالیت مغزی هر دو گروه در هنگام مشاهده تصویر چهره دیگران، کاملاً مشابه بود. اما هنگامی که مبتلایان به اوتیسم تصویر چشم ها را می دیدند، سیستم زیرغشایی مغز آن ها به ویژه در زمانی که چهره هایی با حالات ترس، شادی و عصبانیت را می دیدند، بیش از حد فعال می شد.

کج خلقی‌های کودک را مهار کنید



• ریحانه دوستدار

کج خلقی در کودکان زمانی رخ می‌دهد که آنها نمی‌توانند با ناکامی‌ها و نگرانی‌هایشان کنار بیایند. کودکان، ناکامی را به شیوه‌هایی متفاوت نشان می‌دهند. نکته‌ای که باید به یاد داشته باشید این است که خشم ناشی از کج خلقی با احساسات دیگری مانند ترس، حسادت، احساس طرد شدن و کمبود محبت آمیخته است.

کودکان خردسال اغلب به این دلیل احساس ناکامی می‌کنند که توانایی انجام کاری را به دست نیآورده‌اند. در کودکان بزرگتر و نوجوانان این احساس بخاطر منع شدن آنها از انجام کاری و یا داشتن چیزی که می‌خواهند ایجاد می‌شود. بویژه اگر آنها مضطرب و نگران باشند.

کج خلقی‌ها بیشتر در کودکان نوپا دیده می‌شود. اگر کودک بزرگتر بیش از اندازه کج خلقی می‌کند باید به دنبال دلایل این رفتار باشید و با یک متخصص سلامت روان گفتگو کنید.

کج خلقی‌های کودک

همه دلایل کج خلقی و ناراحتی کودکان بزرگ و پیچیده نیست. کودکان ممکن است برای مدت کوتاهی و بدون اینکه مهار احساساتشان را از دست بدهند بهانه‌گیری و کج خلقی کنند. کودکان نوپا نمی‌توانند خواسته‌ها و نیازهایشان را با کلمات، به‌احتی بیان کنند. جهان آنها پر است از آدم‌بزرگ‌هایی که می‌گویند چه باید بکنند و چه نباید بکنند. کودکان خردسال برای

کنار آمدن با نگرانی‌ها و ناکامی‌هایشان توان روحی کافی ندارند.

گاهی اوقات کودکان می‌فهمند با درخواست‌های مکرر و بی‌پایان‌شان می‌توانند از پدر و مادر پر مشغله خواسته‌هایشان را طلب کنند. رسیدن به هدف می‌تواند با خواهش‌های مستمر، غرولند و کمی کج خلقی و بهانه‌گیری کوچک تامین بشود. در این وضعیت کج خلقی، کودک را از کنترل خارج نمی‌کند و او می‌تواند آن را مدیریت کند.

کودک می‌داند بهانه‌گیری و کج خلقی او را به هدفش می‌رساند؛ اگر مادرش را به ستوه بیاورد، چیزی را که می‌خواهد به دست می‌آورد؛ اما همیشه اینطور نیست؛ زیرا کج خلقی‌های کوچک ممکن است به یک کج خلقی و خشم فوران شده تبدیل شود.

آنچه پدر و مادر می‌توانند انجام بدهند

* به زندگی کودکان فکر کنید

چه اتفاقی برای کودکان می‌افتد اگر برایش نگرانی‌ها و اضطراب‌های کوچک به دفعات مختلف ایجاد شود؟ به نظر نمی‌رسد بهانه‌گیری برای چیزهای کوچک خیلی مهم باشد اما «چیزهای کوچک» می‌تواند به ناکامی‌ها و نگرانی‌های مهمی برای کودکان تبدیل بشود به همین ترتیب او تا نشانه‌ای از این نگرانی‌های کوچک می‌بیند کج خلقی و بهانه‌گیری را شروع می‌کند.

آیا ناراحتی و ناامیدی کودک بخاطر ناتوانی در انجام کاری یا داشتن چیزی است؟
آیا او می‌خواهد توجه شما را برای نیازهایش یا احساس خستگی، گرسنگی و بیماری‌اش جلب کند؟

کودک را نادیده بگیرید. بعضی وقت‌ها سرگرم کردن کودک به کار دیگری او را از بهانه‌گیری منصرف می‌کند.

گاهی احساسات و هیجان کودک آنقدر زیاد می‌شود که نمی‌تواند آنها را مهار کند و بهانه‌گیری و کج خلقی‌هایش فوران می‌کند. اگر شما نشانه‌های این خشم مهار نشدنی را می‌شناسید، ابتدا باید هر کاری که می‌تواند کودکان را آرام کند، انجام بدهید؛ مثلاً از روش‌های آرامش‌بخش (ریلکسیشن) استفاده کنید، حواسش را به موضوع دیگری پرت کنید و یا درباره احساس ناکامی و ناامیدی‌اش حرف بزنید. مجازات و تنبیه بدنی هرگز برای آرام کردن بچه بهانه‌گیر، موثر نیست.

پیشگیری از کج خلقی

بهترین کار برای کج خلقی‌های کودک این است: تا آنجایی که امکان دارد از آن پیشگیری کنید. شما باید نیازهای کودک را به اندازه نیازهای خودتان جدی بگیرید. کودک ممکن است از شما توجه بخواهد، او نیاز به آرامش دارد، ممکن است خوابش بیاید، او نمی‌تواند گرسنگی را تحمل کند.

ممکن است همه نیاز او، خوردن یک بیسکویت باشد. دلیل شمار برای نخوردن بیسکویت باید قانع‌کننده باشد. شما باید به نیازهای کودک توجه کنید و مطمئن شوید متوجه خواسته‌ها و نیازهایش هستید.

چه چیزی اتفاق افتاده که کودکان را نگران کرده است؟ آیا می‌توانید تغییری ایجاد کنید تا نگرانی کودک را از بین ببرید؟

مطمئن شوید در طول روز اتفاقات و رخداد‌های زندگی کودک مثبت باشد.

کودک گرسنه و خواب‌آلود را بیرون از خانه نبرید. او باید به اندازه کافی خوابیده باشد و گرسنه نباشد.

حواس کودک را پرت کنید؛ «نگاه کن برات چی آوردم»

چیزهایی که کودک ممکن است نیاز داشته باشد اما در دسترس نیست را در اختیارش بگذارید.

برای چند روز کودک را زیر نظر بگیرید؛ چه زمانی کج خلقی می‌کند؟ چه ساعتی از روز بهانه‌گیر می‌شود؟ وقتی ناراحت است شما مشغول چه کاری هستید؟ خودش چه کاری انجام می‌دهد؟ مثلاً اگر نزدیک عصرانه شروع به بهانه‌گیری می‌کند شاید بهتر باشد زودتر از زمان همیشه عصرانه‌اش را آماده کنید، قبل از عصر او را به حمام ببرید، از او بخواهید تا در حاضر کردن خوراکی‌ها کمک‌تان کند و یا با یک برنامه‌هیجان‌انگیز این موقع از روز را به او قاتی خاص و متفاوت تبدیل کنید. با این راهکارها می‌توانید از کج خلقی‌های احتمالی پیشگیری کنید. پیشگیری بهتر از مقابله با کج خلقی و بهانه‌گیری‌ای است که اتفاق خواهد افتاد.

یک حمام آب گرم و مطلوب برای آرام کردن کودک که برآشفته است بسیار مفید است.

اشتباهات رایج

حد و مرز تصمیم‌گیری بچه‌ها

اگرچه خیلی وقت‌ها گفته می‌شود به بچه‌ها باید فرصت تصمیم‌گیری داد اما بعضی کارها و انتخاب‌ها، محل تصمیم‌گیری کودک نیست. چون او دانش و تجربه کافی ندارد و نباید تصمیم‌گیری درباره آن را به کودک سپرد.

مثلاً این که کی به پارک بروید، کی بخوابد، یا این که دست‌هایش را با صابون بشوید یا ژل پاک‌کننده و... باید انتخاب شما باشد و به عنوان یک قاعده و قانون مطرح شود نه یک انتخاب. چالش‌های بی‌موردی می‌شود.

باید‌ها و نباید‌ها را برای فرزندان دقیق مشخص کنید. اگر کودکان بی‌دلیل گریه کرده‌اند یا بی‌توجهی کنید و چیزی را که می‌خواهد به او ندهید.

وقتی بچه‌ها زیاد به چیزی اصرار می‌کنند لازم نیست که به خواسته‌شان تن بدهید. می‌توانید یک جمله را بدون عصبانیت، حرص خوردن یا کلافه شدن ۱۰۰ بار تکرار کنید تا خسته شود و دست از اصرار بردارد.



بچه‌ها و یافته‌ها

چرا کودکان در روزهای تعطیل خوشحال نیستند؟

تحقیقات اخیر نشان می‌دهد بر خلاف تصور عموم، کودکان در ایام تعطیلات خوشحال نیستند. آنها روی ۶۰۰۰ کودک ۱۰ تا ۱۵ ساله به مدت ۵ سال تحقیق کردند و دریافتند که کودکان از تعطیلات ناراضی هستند چون دوستان خود را برای مدتی نمی‌بینند و زمان بیشتری را در مقابل یک صفحه نمایش کامپیوتری می‌گذرانند.



این یافته‌ها نشان می‌دهد که تعطیلات آن اندازه که برای والدین مهم است برای کودکانشان اهمیتی ندارد. این در حالی است که بزرگسالان و والدین این کودکان در ایام تعطیل بیشتر شاد هستند چرا که بر خلاف کودکانشان که کنترل کمتری روی چگونگی سپری کردن و استفاده از زمانشان ندارند آنها می‌توانند برای تعطیلاتشان برنامه‌ریزی کنند.

محققان می‌گویند شادترین زمان برای کودکان طول سال تحصیلی بوده، دورانی که کمتر شاد بودند ایام تعطیل آخر هفته و بدترین زمان برای آنها ایام تعطیلات دوهفته‌ای عید پاک بود.

